



**SEC-BA**

**SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO ESTADO DA  
BAHIA**

**Nutricionista**

**EDITAL SEC/SUDEPE Nº 06/2025**

**CÓD: OP-002MA-25  
7908403573363**

## ***Língua Portuguesa***

1. Leitura e atribuição de sentidos de textos verbais e não verbais extraídos de livros, periódicos contemporâneos em meios impressos e eletrônicos .....	7
2. Textos mistos: verbais e não verbais inclusive imagéticos .....	8
3. Semântica e o sentido das palavras: relação entre significantes (sinais, símbolos, palavras e frases) .....	9
4. Pontuação e seus recursos sintático-semânticos .....	15

## ***Conhecimentos Gerais***

1. Conhecimentos contextualizados à realidade brasileira contemporânea e suas demandas socioambientais, políticas e econômicas .....	29
2. Temas de interesse do mundo globalizado pautados pelas diversas mídias. Temas de repercussão e relevância veiculados nas mídias em âmbito nacional e local.....	30
3. Visão crítica frente aos desafios apresentados no cenário contemporâneo global, especificamente no Brasil e as relações com a Educação brasileira.....	31

## ***Conhecimentos sobre Políticas Educacionais e de Combate à Pobreza***

1. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.....	37
2. Concepção Histórico-Crítica da Educação.....	56
3. Projeto Político Pedagógico da Escola.....	62
4. Conhecimento sobre as políticas de combate a pobreza – histórico, objetivos, resultados alcançados, índices de pobreza no Brasil e no mundo, projetos sociais, legislação.....	64
5. Decreto 12830/11 (Bahia) .....	66
6. Decreto Federal 4.564/2003 .....	66

## ***Noções Gerais da Igualdade Racial e de Gênero***

1. Constituição da República Federativa do Brasil (art. 1º, 3º, 4º e 5º) .....	71
2. Lei Federal no 12.288, de 20 de julho de 2010 (Estatuto da Igualdade Racial) .....	75
3. Constituição do Estado da Bahia, (Cap. XXIII “Do Negro”).....	75
4. Lei Estadual nº 13.182, de 06 de junho de 2014 (Estatuto da Igualdade Racial e de Combate a Intolerância Religiosa), regulamentada pelo Decreto Estadual nº 15.353, de 08 de agosto de 2014.....	82
5. Decreto Estadual nº 15.670 de 19 de novembro de 2014 .....	91
6. Decreto Estadual nº 15.671 de 19 de novembro de 2014 .....	91
7. Decreto Estadual nº 15.669, de 19 de novembro de 2014 .....	95
8. Lei Federal no 7.716, de 05 de janeiro de 1989 (Tipificação dos crimes resultantes de preconceito de raça ou de cor) .....	97
9. Decreto Federal no 65.810, de 08 de dezembro de 1969 (Convenção internacional sobre a eliminação de todas as formas de discriminação racial) .....	99
10. Decreto Federal no 4.377, de 13 de setembro de 2002 (Convenção sobre eliminação de todas as formas de discriminação contra a mulher) .....	104
11. Lei Federal no 11.340, de 07 de agosto de 2006 (Lei Maria da Penha) .....	110

---

# LÍNGUA PORTUGUESA

## LEITURA E ATRIBUIÇÃO DE SENTIDOS DE TEXTOS VERBAIS E NÃO VERBAIS EXTRAÍDOS DE LIVROS, PERIÓDICOS CONTEMPORÂNEOS EM MEIOS IMPRESSOS E ELETRÔNICOS

Compreender e interpretar textos é essencial para que o objetivo de comunicação seja alcançado satisfatoriamente. Com isso, é importante saber diferenciar os dois conceitos. Vale lembrar que o texto pode ser verbal ou não-verbal, desde que tenha um sentido completo.

A **compreensão** se relaciona ao entendimento de um texto e de sua proposta comunicativa, decodificando a mensagem explícita. Só depois de compreender o texto que é possível fazer a sua interpretação.

A **interpretação** são as conclusões que chegamos a partir do conteúdo do texto, isto é, ela se encontra para além daquilo que está escrito ou mostrado. Assim, podemos dizer que a interpretação é subjetiva, contando com o conhecimento prévio e do repertório do leitor.

Dessa maneira, para compreender e interpretar bem um texto, é necessário fazer a decodificação de códigos linguísticos e/ou visuais, isto é, identificar figuras de linguagem, reconhecer o sentido de conjunções e preposições, por exemplo, bem como identificar expressões, gestos e cores quando se trata de imagens.

### Dicas práticas

1. Faça um resumo (pode ser uma palavra, uma frase, um conceito) sobre o assunto e os argumentos apresentados em cada parágrafo, tentando traçar a linha de raciocínio do texto. Se possível, adicione também pensamentos e inferências próprias às anotações.

2. Tenha sempre um dicionário ou uma ferramenta de busca por perto, para poder procurar o significado de palavras desconhecidas.

3. Fique atento aos detalhes oferecidos pelo texto: dados, fonte de referências e datas.

4. Sublinhe as informações importantes, separando fatos de opiniões.

5. Perceba o enunciado das questões. De um modo geral, questões que esperam **compreensão do texto** aparecem com as seguintes expressões: o autor afirma/sugere que...; segundo o texto...; de acordo com o autor... Já as questões que esperam **interpretação do texto** aparecem com as seguintes expressões: conclui-se do texto que...; o texto permite deduzir que...; qual é a intenção do autor quando afirma que...

A leitura, em seu sentido mais amplo, vai muito além da mera decodificação de palavras escritas. Ela representa uma capacidade fundamental de compreensão e interpretação do mundo ao nosso redor, abrangendo contextos sociais,

econômicos e culturais. Essa habilidade, frequentemente referida como “leitura de mundo”, é essencial para a navegação e entendimento das complexidades do mundo em que vivemos.

No aspecto social, a leitura permite-nos entender e interpretar as dinâmicas e as nuances das relações humanas. Por meio da leitura, somos capazes de compreender diferentes perspectivas e experiências, o que é crucial em uma sociedade cada vez mais diversificada e interconectada. Isso inclui a capacidade de reconhecer e valorizar as diferenças culturais, históricas e sociais, promovendo a empatia e a compreensão mútua.

Do ponto de vista econômico, a leitura de mundo envolve a compreensão dos sistemas econômicos, das tendências do mercado e do impacto das decisões financeiras tanto em nível pessoal quanto coletivo. Essa habilidade é fundamental para a tomada de decisões informadas sobre consumo, investimentos e carreira. Além disso, ela permite que indivíduos entendam melhor as implicações econômicas das políticas públicas e como essas políticas afetam a vida das pessoas.

Culturalmente, ela é a chave para a apreciação e compreensão das artes, da literatura, da história e das tradições, pois nos ajuda a explorar e entender as diversas expressões culturais que compõem o tecido da sociedade humana. Por meio da leitura, somos expostos a diferentes formas de pensar e de ver o mundo, enriquecendo nossa própria visão de vida e promovendo a apreciação pela diversidade cultural.

A leitura de mundo também implica em uma leitura crítica, que é a habilidade de analisar e questionar as informações apresentadas. Isso é especialmente importante na era da informação, onde somos bombardeados por uma vasta quantidade de dados, notícias e opiniões. A capacidade de discernir fatos de opiniões, identificar preconceitos e compreender contextos mais amplos é crucial para a formação de uma visão de mundo bem informada e equilibrada.

A educação desempenha um papel vital no desenvolvimento da habilidade de leitura de mundo. Ela não apenas fornece as ferramentas básicas de leitura e escrita, mas também fomenta o pensamento crítico, a curiosidade e a compreensão interdisciplinar. A educação amplia horizontes e abre portas para um entendimento mais profundo dos complexos sistemas que governam nossas vidas.

A leitura de mundo, por fim, é uma competência essencial que permite aos indivíduos navegar e fazer sentido de um mundo cada vez mais complexo e interconectado. Ela vai além do entendimento literal do texto, abrangendo a capacidade de interpretar e analisar uma variedade de contextos sociais, econômicos e culturais. Esta habilidade não só enriquece a experiência individual, mas também fortalece o tecido da sociedade, permitindo uma participação mais consciente e efetiva no mundo.

## TEXTOS MISTOS: VERBAIS E NÃO VERBAIS INCLUSIVE IMAGÉTICOS

Os textos não-verbais utilizam elementos visuais para se comunicar, como imagens, símbolos, gestos, cores e formas. Embora não usem palavras diretamente, esses textos transmitem mensagens completas e são amplamente utilizados em contextos visuais, como artes visuais, placas de sinalização, fotografias, entre outros.

### ► Características dos Textos Não-Verbais:

- **Imagens e símbolos:** Carregam significados culturais e contextuais que devem ser reconhecidos pelo observador.
- **Cores e formas:** Podem ser usadas para evocar emoções ou destacar informações específicas. Por exemplo, a cor vermelha em muitos contextos pode representar perigo ou atenção.
- **Gestos e expressões:** Na comunicação corporal, como na linguagem de sinais ou na expressão facial, o corpo desempenha o papel de transmitir a mensagem.

Exemplos de textos não-verbais incluem:

- **Obras de arte:** Como pinturas ou esculturas, que comunicam ideias, emoções ou narrativas através de elementos visuais.
- **Sinais de trânsito:** Que utilizam formas e cores para orientar os motoristas, dispensando a necessidade de palavras.
- **Infográficos:** Combinações de gráficos e imagens que transmitem informações complexas de forma visualmente acessível.

A interpretação de textos não-verbais exige uma análise diferente da dos textos verbais. É necessário entender os códigos visuais que compõem a mensagem, como as cores, a composição das imagens e os elementos simbólicos utilizados. Além disso, o contexto cultural é crucial, pois muitos símbolos ou gestos podem ter significados diferentes dependendo da região ou da sociedade em que são usados.

### RELAÇÃO ENTRE TEXTOS VERBAIS E NÃO-VERBAIS

Embora sejam diferentes em sua forma, textos verbais e não-verbais frequentemente se complementam. Um exemplo comum são as propagandas publicitárias, que utilizam tanto textos escritos quanto imagens para reforçar a mensagem. Nos livros ilustrados, as imagens acompanham o texto verbal, ajudando a criar um sentido mais completo da história ou da informação.

Essa integração de elementos verbais e não-verbais é amplamente utilizada para aumentar a eficácia da comunicação, tornando a mensagem mais atraente e de fácil entendimento. Nos textos multimodais, como nos sites e nas redes sociais, essa combinação é ainda mais evidente, visto que o público interage simultaneamente com palavras, imagens e vídeos, criando uma experiência comunicativa rica e diversificada.

### IMPORTÂNCIA DA DECODIFICAÇÃO DOS DOIS TIPOS DE TEXTO

Para que a comunicação seja bem-sucedida, é essencial que o leitor ou observador saiba decodificar tanto os textos verbais quanto os não-verbais. Nos textos verbais, a habilidade de compreender palavras, estruturas e contextos é crucial. Já nos textos não-verbais, é fundamental interpretar corretamente os símbolos, gestos e elementos visuais, compreendendo suas nuances culturais e suas intenções comunicativas.

Dominar a interpretação de ambos os tipos de texto permite ao leitor um olhar mais completo sobre o conteúdo, ampliando suas capacidades de análise crítica e facilitando a compreensão em diversas situações, como na leitura de livros, no consumo de mídias digitais ou mesmo na interpretação de artes visuais e sinalizações.

### DICAS PRÁTICAS PARA COMPREENSÃO E INTERPRETAÇÃO

Compreender e interpretar textos com precisão requer uma série de habilidades e estratégias que facilitam a decodificação e a análise crítica das informações. A seguir, apresentamos algumas dicas práticas que podem auxiliar no aprimoramento dessas competências, especialmente para estudantes que enfrentam provas e concursos.

#### ► Resuma o Texto

Uma das formas mais eficazes de garantir que você compreendeu o texto é fazer um resumo. Ao final de cada parágrafo ou seção, tente sintetizar a ideia principal em poucas palavras ou frases. Esse exercício ajuda a identificar o tema central e os argumentos chave do autor, além de facilitar a organização das ideias.

**Exemplo:** Ao ler um artigo sobre meio ambiente, anote os pontos principais, como causas do desmatamento, consequências para a biodiversidade e possíveis soluções.

#### ► Utilize Dicionários e Ferramentas de Busca

Durante a leitura, é comum se deparar com palavras desconhecidas ou expressões que dificultam o entendimento. Mantenha sempre um dicionário ou uma ferramenta de busca por perto para consultar o significado de termos difíceis. Esse hábito melhora o vocabulário e contribui para uma leitura mais fluida.

**Dica:** Hoje, diversas ferramentas digitais, como aplicativos de dicionário e tradutores online, permitem uma consulta rápida e eficiente.

#### ► Atente-se aos Detalhes

Informações como datas, nomes, locais e fontes citadas no texto são elementos importantes que ajudam a ancorar a argumentação do autor. Ficar atento a esses detalhes é crucial para a compreensão exata do texto e para responder corretamente a perguntas objetivas ou de múltipla escolha em provas.

**Exemplo:** Em um texto sobre história, anotar as datas de eventos e os personagens envolvidos facilita a memorização e o entendimento cronológico.

#### ► Sublinhe Informações Importantes

Uma técnica prática para melhorar a compreensão é sublinhar ou destacar partes mais relevantes do texto. Isso permite que você se concentre nos pontos principais e nas ideias

centrais, separando fatos de opiniões. A sublinhar frases que contêm dados concretos, você facilita a visualização e revisão posterior.

**Dica:** Se estiver estudando em materiais digitais, use ferramentas de marcação de texto para destacar trechos importantes e criar notas.

#### ► Perceba o Enunciado das Questões

Em provas de leitura, é comum encontrar questões que pedem compreensão ou interpretação do texto. Identificar a diferença entre esses dois tipos de pergunta é essencial:

Questões que esperam compreensão costumam vir com enunciados como “O autor afirma que...” ou “De acordo com o texto...”. Essas perguntas exigem que o leitor se atenha ao que está claramente exposto no texto.

Questões que esperam interpretação vêm com expressões como “Conclui-se que...” ou “O texto permite deduzir que...”. Essas perguntas exigem que o leitor vá além do que está escrito, inferindo significados com base no conteúdo e em seu próprio repertório.

#### ► Relacione o Texto com Seus Conhecimentos Prévios

A interpretação de um texto é profundamente influenciada pelo conhecimento prévio do leitor sobre o tema abordado. Portanto, ao ler, tente sempre relacionar as informações do texto com o que você já sabe. Isso ajuda a criar conexões mentais, tornando a interpretação mais rica e contextualizada.

**Exemplo:** Ao ler um texto sobre mudanças climáticas, considere suas próprias experiências e leituras anteriores sobre o tema para formular uma análise mais completa.

#### ► Identifique o Propósito do Autor

Outro aspecto importante na interpretação de textos é compreender a intenção do autor. Tente identificar o objetivo por trás do texto: o autor deseja informar, persuadir, argumentar, entreter? Essa identificação é essencial para interpretar corretamente o tom, a escolha das palavras e os argumentos apresentados.

**Exemplo:** Em uma crônica humorística, o autor pode utilizar ironia para criticar um comportamento social. Identificar esse tom permite uma interpretação mais precisa.

#### ► Releia o Texto Quando Necessário

A leitura atenta e pausada é fundamental, mas muitas vezes é necessário fazer uma segunda leitura para captar detalhes que passaram despercebidos na primeira. Ao reler, o leitor pode verificar a coesão e a coerência do texto, além de confirmar sua compreensão sobre os fatos e as ideias centrais.

**Dica:** Durante a releitura, tente focar em partes que pareçam confusas inicialmente ou nas quais surgiram dúvidas.

#### ► Contextualize Figuras de Linguagem e Elementos Subjetivos

Muitos textos, especialmente os literários, utilizam figuras de linguagem (como metáforas, ironias e hipérboles) para enriquecer o conteúdo. Para interpretar esses recursos, é necessário compreender o contexto em que foram usados e o efeito que o autor deseja provocar no leitor.

**Exemplo:** Em uma poesia, uma metáfora pode estar presente para criar uma comparação implícita entre dois elementos, e a correta interpretação desse recurso enriquece a leitura.

#### ► Pratique Regularmente

Compreensão e interpretação são habilidades que se desenvolvem com a prática. Quanto mais textos você ler e analisar, maior será sua capacidade de decodificar informações e realizar inferências. Diversifique suas leituras, incluindo textos literários, científicos, jornalísticos e multimodais para ampliar sua gama de interpretação.

Essas dicas, quando aplicadas regularmente, ajudam a aprimorar tanto a compreensão quanto a interpretação de textos, desenvolvendo uma leitura crítica e atenta. Ao dominar essas técnicas, o leitor se torna mais apto a enfrentar desafios em provas e situações do cotidiano que exigem análise textual.

Dominar as habilidades de compreensão e interpretação de textos, tanto verbais quanto não-verbais, é essencial para uma comunicação eficaz e para o sucesso em avaliações acadêmicas e profissionais. A compreensão serve como a base para identificar e decodificar o conteúdo explícito de um texto, enquanto a interpretação exige uma análise mais profunda, onde o leitor emprega seus conhecimentos prévios e faz inferências subjetivas.

Com a aplicação de estratégias práticas, como o resumo de ideias, a consulta a dicionários, a atenção aos detalhes e a diferenciação entre fatos e opiniões, o leitor pode desenvolver uma leitura mais crítica e eficiente. Além disso, é importante reconhecer a intenção do autor e o tipo de questão que cada texto ou prova apresenta, a fim de adaptar sua abordagem à demanda específica, seja ela de compreensão ou interpretação.

Em última análise, compreender e interpretar textos é um processo contínuo que requer prática constante e atenção aos detalhes, permitindo ao leitor não apenas absorver informações, mas também refletir sobre elas e construir seu próprio entendimento do mundo ao seu redor. Essas competências, bem desenvolvidas, oferecem um diferencial em diversas áreas da vida pessoal e profissional.

### SEMÂNTICA E O SENTIDO DAS PALAVRAS: RELAÇÃO ENTRE SIGNIFICANTES (SINAIS, SÍMBOLOS, PALAVRAS E FRASES)

#### SEMÂNTICA TEXTUAL

A semântica textual é uma área da linguística que se dedica ao estudo do significado dos textos, considerando tanto o seu conteúdo quanto a forma e a estruturação frasal e textual.

No que diz respeito ao conteúdo, a semântica textual busca compreender como as palavras e expressões utilizadas no texto se relacionam para transmitir uma mensagem coerente e significativa. Nesse sentido, é importante considerar não apenas o significado isolado de cada palavra, mas também o contexto em que elas são empregadas.

Além disso, a semântica textual também se preocupa com a forma e a estruturação frasal e textual do texto, analisando como as frases se relacionam entre si para produzir um sentido global. Isso inclui aspectos como a ordem das palavras na frase,

a utilização de conectivos e pontuação, e a organização geral do texto em parágrafos e seções. Conheça como se dá cada um deles:

– **Ordem das palavras na frase:** A ordem das palavras pode afetar o significado da frase. Por exemplo, em português, a ordem sujeito-verbo-objeto é a mais comum, mas em outras línguas, como o latim, a ordem pode ser diferente. Alterar a ordem das palavras na frase pode enfatizar diferentes elementos ou mudar o sentido da frase.

– **Pausas e pontuação:** O uso de pausas e pontuação, como vírgulas, ponto e vírgula e ponto final, é importante para a clareza e compreensão do texto. Eles ajudam a indicar as relações entre as frases e elementos dentro das frases.

– **Conectivos:** Os conectivos são palavras ou expressões que estabelecem uma relação entre frases ou elementos dentro das frases. Exemplos de conectivos são “e”, “ou”, “mas”, “porque”, “como resultado”, entre outros.

– **Parágrafos e seções:** A organização do texto em parágrafos e seções ajuda a estruturar as ideias e a transmitir um sentido global ao texto. Cada parágrafo deve ter um tema ou ideia central e estar relacionado com os outros parágrafos.

É importante lembrar que a estrutura deve estar a serviço do conteúdo do texto, ou seja, deve ser utilizada para transmitir as ideias e informações de forma clara e eficaz. Ela também deve ser adequada ao gênero textual e ao público-alvo, e deve estar em consonância com a norma padrão da língua utilizada.

Ao considerar tanto o conteúdo quanto a forma do texto, a semântica textual pode contribuir para uma melhor compreensão dos significados implícitos e explícitos presentes nas mensagens transmitidas pela linguagem escrita. Essa compreensão é essencial para a produção de textos coerentes e eficazes, capazes de transmitir com clareza e precisão as ideias e informações que se deseja comunicar.

A semântica textual também leva em consideração aspectos pragmáticos da comunicação, ou seja, como as intenções e expectativas do emissor e do receptor afetam a interpretação do texto. Por exemplo, o uso de ironia ou sarcasmo pode alterar o significado literal das palavras, mas ainda assim ser compreendido pelo receptor devido ao conhecimento compartilhado entre eles.

Outro aspecto importante da semântica textual é a análise do discurso, que se concentra na relação entre o texto e o contexto social, cultural e histórico em que ele é produzido e recebido.

Isso inclui a análise de elementos como a ideologia, a identidade e o poder presentes no discurso, bem como as estratégias discursivas utilizadas para persuadir, convencer ou manipular o receptor.

Existem diversos exemplos que podem ser utilizados sobre o tema da semântica textual. Confira alguns dos tipos de análises que se pode fazer:

– **Análise do conteúdo:** Em um texto sobre o meio ambiente, pode-se analisar como as palavras e expressões utilizadas estão relacionadas para transmitir uma mensagem coerente e significativa. Por exemplo, pode-se observar como as palavras “sustentabilidade”, “reciclagem”, “energias renováveis” e “preservação” estão interligadas para transmitir a ideia de que é importante cuidar do planeta e agir de forma responsável em relação ao meio ambiente.

– **Análise da forma e estruturação frasal:** Em um texto jornalístico, pode-se analisar como as frases se relacionam entre si para produzir um sentido global. Por exemplo, pode-se observar como as frases são organizadas em parágrafos e como os conectivos são utilizados para estabelecer uma relação entre as informações apresentadas.

– **Análise pragmática:** Em um diálogo entre duas pessoas, pode-se analisar como as intenções e expectativas do emissor e do receptor afetam a interpretação do texto. Por exemplo, se uma pessoa diz “que bonito” em tom irônico, o receptor pode compreender que ela na verdade está expressando uma opinião contrária.

– **Análise do discurso:** Em um texto político, pode-se analisar como a ideologia e as estratégias discursivas utilizadas afetam a interpretação do texto. Por exemplo, pode-se observar como as palavras e expressões utilizadas pelo autor são escolhidas para persuadir o leitor a aceitar determinada ideia ou posição política.

A semântica textual é uma área de estudo complexa e multidisciplinar que busca compreender como os textos funcionam como instrumentos de comunicação e como eles são construídos para transmitir significados específicos. Ao considerar tanto o conteúdo quanto a forma dos textos, bem como os aspectos pragmáticos e discursivos da comunicação, a semântica textual oferece ferramentas valiosas para a análise e produção de textos mais eficazes e significativos.

#### SENTIDO DAS PALAVRAS

A significação das palavras é um aspecto fundamental da comunicação, sendo responsável por garantir que a mensagem transmitida seja compreendida da maneira correta pelo interlocutor. Dentro da Gramática Normativa, esse estudo é abordado pela área da Semântica, que se dedica a investigar os diferentes sentidos que as palavras podem assumir em diversos contextos.

Ao utilizarmos a língua portuguesa, as palavras não possuem um único significado; sua interpretação pode variar conforme o contexto em que são inseridas, o tom do discurso ou até mesmo a intenção do emissor. Por isso, compreender a significação das palavras é essencial para aprimorar a clareza e a precisão na comunicação, especialmente em situações formais, como em provas de concursos públicos ou na redação de documentos oficiais.

#### ANTÔNIMO E SINÔNIMO

A compreensão de antônimos e sinônimos é fundamental para enriquecer o vocabulário e tornar a comunicação mais variada e expressiva. Esses conceitos desempenham um papel crucial na produção textual e na interpretação de textos, ajudando a evitar repetições indesejadas e a construir discursos mais coesos e precisos.

##### ► Antônimo: Palavras de Sentidos Opostos

Antônimos são palavras que possuem significados opostos ou contrários entre si. Eles são utilizados para criar contrastes e realçar diferenças em um texto, contribuindo para a clareza e a força do discurso. A habilidade de identificar e usar antônimos corretamente é uma ferramenta valiosa para quem deseja aprimorar a expressão escrita e oral.

# CONHECIMENTOS GERAIS

## CONHECIMENTOS CONTEXTUALIZADOS À REALIDADE BRASILEIRA CONTEMPORÂNEA E SUAS DEMANDAS SOCIOAMBIENTAIS, POLÍTICAS E ECONÔMICAS

### As Demandas Socioambientais Atuais

#### Crises Ambientais Globais:

##### ▪ Aquecimento Global e Mudanças Climáticas

O aquecimento global é uma das questões mais urgentes da atualidade. Ele refere-se ao aumento da temperatura média da Terra causado, principalmente, pela intensificação do efeito estufa — fenômeno natural agravado pelas emissões de gases como o dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>), metano (CH<sub>4</sub>) e óxidos de nitrogênio. Essa elevação térmica tem desencadeado mudanças climáticas que se refletem em secas prolongadas, enchentes, degelo de calotas polares e aumento do nível do mar.

Para os concursos, é essencial compreender que as mudanças climáticas impactam diretamente a economia, a saúde pública, a agricultura e os padrões de migração humana. Candidatos devem saber, por exemplo, que o Brasil, embora emita menos carbono que os grandes países industrializados, enfrenta desafios graves como o desmatamento da Amazônia — um dos principais contribuintes nacionais para o aquecimento global.

##### ▪ Perda da Biodiversidade e Escassez de Recursos

Outro problema gravíssimo é a perda da biodiversidade, ou seja, a extinção acelerada de espécies animais e vegetais causada pelo desmatamento, poluição, mineração, pesca predatória e urbanização desordenada. Essa perda compromete o equilíbrio dos ecossistemas e a própria sobrevivência humana, já que muitos remédios, alimentos e tecnologias dependem de recursos naturais.

A escassez de recursos naturais, como água potável e solo fértil, também está no centro dos debates socioambientais. O uso insustentável desses recursos gera conflitos entre países, regiões e setores produtivos, o que exige um novo modelo de desenvolvimento baseado na sustentabilidade.

Agenda 2030 e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS):

A Agenda 2030 é um plano global estabelecido pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2015, com 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) e 169 metas a serem cumpridas até o ano de 2030. Esses objetivos visam erradicar a pobreza, proteger o planeta e assegurar prosperidade para todos.

Entre os ODS mais cobrados em provas de concursos estão:

- ODS 6 – Água potável e saneamento
- ODS 7 – Energia limpa e acessível
- ODS 11 – Cidades e comunidades sustentáveis
- ODS 13 – Ação contra a mudança global do clima

##### ▪ ODS 15 – Vida terrestre

Saber interpretar e relacionar os ODS com situações práticas é uma habilidade cada vez mais exigida por bancas como FCC, Vunesp e FGV.

##### O Papel da Sociedade e do Estado nas Políticas Ambientais

A proteção ambiental não é tarefa apenas dos governos, mas envolve toda a sociedade. O Estado tem responsabilidade de formular e aplicar políticas públicas eficazes, como leis de proteção ambiental, incentivos à energia limpa e programas de recuperação de áreas degradadas. No Brasil, a Política Nacional do Meio Ambiente (Lei nº 6.938/1981) é um marco legal importante, que estabelece princípios e instrumentos para a gestão ambiental.

Entretanto, a atuação da sociedade civil, por meio de ONGs, movimentos sociais, comunidades locais e cidadãos, é fundamental para cobrar ações, fiscalizar irregularidades e promover práticas sustentáveis no cotidiano.

Além disso, as empresas têm papel central nesse cenário. O conceito de Responsabilidade Socioambiental Empresarial é cada vez mais valorizado, com destaque para práticas como ESG (Environmental, Social and Governance), que avaliam o desempenho ambiental e social das organizações.

##### Panorama Político Contemporâneo:

##### ▪ Democracia, Autoritarismo e Participação Cidadã

O cenário político contemporâneo é marcado por uma constante tensão entre modelos democráticos e autoritários. A democracia — baseada na soberania popular, eleições livres, divisão dos poderes e respeito aos direitos humanos — ainda é considerada o regime mais adequado à promoção da justiça social. No entanto, em diversos países, observa-se um retrocesso democrático, com o fortalecimento de governos populistas, repressivos e concentradores de poder.

Essa dualidade entre regimes políticos tem consequências práticas na vida das populações. Em contextos autoritários, por exemplo, a liberdade de expressão e o direito ao protesto são limitados. Já nas democracias consolidadas, a participação cidadã é estimulada, seja por meio do voto, de conselhos participativos ou da atuação em movimentos sociais.

No Brasil, após o período da ditadura militar (1964–1985), a Constituição de 1988 restabeleceu a democracia e instituiu mecanismos de participação direta, como o plebiscito, o referendo e a iniciativa popular. Esses instrumentos são frequentemente cobrados em concursos públicos como exemplos de exercício direto da cidadania.

##### ▪ Conflitos Geopolíticos e Seus Impactos Regionais e Globais

A geopolítica contemporânea é marcada por disputas territoriais, ideológicas, econômicas e militares, muitas vezes com raízes históricas profundas. Exemplos emblemáticos incluem:

▪ O conflito entre Rússia e Ucrânia, que afeta a segurança da Europa e a economia global.

- A tensão entre China e Taiwan, com implicações para a estabilidade da Ásia e os fluxos comerciais internacionais.
- As disputas no Oriente Médio, como o caso da Palestina e Israel.

Esses conflitos geram consequências em cadeia: migrações forçadas, crises humanitárias, aumento nos gastos com defesa, inflação global e instabilidade nos mercados. Para quem presta concursos, é essencial compreender como a política internacional se conecta aos interesses econômicos e à segurança dos países.

Além disso, a atuação de organizações internacionais como a ONU, OTAN, OMC e FMI é constantemente revisada, gerando debates sobre sua eficácia e legitimidade.

### Desafios Políticos no Brasil Contemporâneo:

O Brasil enfrenta desafios políticos próprios, muitos deles relacionados à fragilidade das instituições, à polarização ideológica e à corrupção sistêmica. A Operação Lava Jato, embora tenha desvelado um esquema massivo de corrupção, também levantou questionamentos sobre o uso político do sistema judicial e os limites entre legalidade e moralidade.

Além disso, a polarização entre grupos políticos dificulta o diálogo e a construção de consensos, o que prejudica a formulação de políticas públicas duradouras. Essa tensão é amplificada pelas redes sociais, que funcionam como espaço tanto para o debate democrático quanto para a disseminação de desinformação e discurso de ódio.

Outro tema importante é a representatividade política: embora o Brasil tenha uma população diversa, o Congresso Nacional ainda é majoritariamente masculino, branco e de classes mais altas. Isso levanta a necessidade de ampliar a inclusão de mulheres, negros, indígenas e outros grupos minorizados nos espaços de poder, algo cada vez mais presente nas pautas sociais e cobrado nas provas de atualidades.

### Dinâmica Econômica e Transformações Recentes:

#### • Globalização, Neoliberalismo e Desigualdade Social

A globalização, iniciada de forma mais intensa a partir da década de 1990, conectou economias, culturas e mercados de forma inédita. Facilitada pelos avanços tecnológicos e pelas políticas de abertura comercial, a globalização permitiu o crescimento de cadeias produtivas internacionais, o aumento do comércio exterior e o intercâmbio de informações.

Contudo, os benefícios da globalização não foram distribuídos de maneira equitativa, o que acentuou as desigualdades entre países e dentro das sociedades. Países periféricos, como o Brasil, muitas vezes permanecem como exportadores de matérias-primas e importadores de produtos com maior valor agregado.

Paralelamente, o neoliberalismo, adotado em várias partes do mundo desde os anos 1980, defende a redução do papel do Estado na economia, a privatização de empresas estatais e a flexibilização das leis trabalhistas. Embora essas políticas tenham contribuído para conter gastos públicos e atrair investimentos, também reduziram os investimentos sociais e ampliaram a precarização do trabalho, aprofundando a desigualdade social.

No Brasil, é comum encontrar questões de concursos sobre os efeitos dessas políticas, especialmente em relação às reformas previdenciária e trabalhista, bem como à atuação de instituições como o Banco Central e o Ministério da Fazenda na condução da política econômica.

### Novas Economias: Verde, Circular e Digital

Nos últimos anos, novas formas de organização econômica vêm sendo propostas como resposta às crises ambientais, sociais e tecnológicas. Entre elas, destacam-se:

- Economia Verde: modelo que propõe crescimento econômico com base na sustentabilidade ambiental, uso racional de recursos naturais e investimento em energias renováveis.
- Economia Circular: diferente do modelo linear (extrair-produzir-descartar), propõe um ciclo contínuo de reaproveitamento, reciclagem e reutilização, reduzindo o desperdício e o impacto ambiental.

▪ Economia Digital: refere-se à crescente importância das tecnologias da informação e da comunicação na produção e circulação de bens e serviços. Startups, fintechs, e-commerce e trabalho remoto são expressões dessa nova realidade.

Esses modelos não são apenas tendências, mas transformações estruturais que impactam o mundo do trabalho, a formação profissional e a atuação do Estado. Em provas, é comum que sejam cobradas as diferenças entre esses conceitos e suas implicações para o futuro do emprego e do consumo.

### O Papel dos Blocos Econômicos e do Comércio Internacional:

Os blocos econômicos surgem como estratégias de cooperação entre países para fortalecer suas economias e aumentar sua competitividade. Eles podem ser classificados em diferentes níveis de integração:

- Zona de Livre Comércio: elimina tarifas alfandegárias (ex: NAFTA, hoje USMCA).
- União Aduaneira: além de eliminar tarifas internas, adota uma tarifa externa comum (ex: MERCOSUL).
- Mercado Comum: permite livre circulação de bens, serviços, capitais e pessoas (ex: União Europeia).
- União Econômica e Monetária: integra políticas econômicas e adota moeda comum (ex: zona do euro).

O MERCOSUL, bloco ao qual o Brasil pertence, é frequentemente abordado em concursos, com foco em sua estrutura, objetivos e desafios, como a integração efetiva entre os membros e as negociações com outros blocos.

O comércio internacional, por sua vez, é regulado por acordos multilaterais e instituições como a Organização Mundial do Comércio (OMC). Nos últimos anos, porém, observamos uma tendência ao protecionismo, impulsionada por crises econômicas e sanitárias (como a pandemia de COVID-19), que levou muitos países a priorizarem cadeias produtivas nacionais.

**TEMAS DE INTERESSE DO MUNDO GLOBALIZADO PAUTADOS PELAS DIVERSAS MÍDIAS. TEMAS DE REPERCUSSÃO E RELEVÂNCIA VEICULADOS NAS MÍDIAS EM ÂMBITO NACIONAL E LOCAL**

### A importância do estudo de atualidades

Dentre todas as disciplinas com as quais concurseiros e estudantes de todo o país se preocupam, a de atualidades tem se tornado cada vez mais relevante. Quando pensamos em matemática, língua portuguesa, biologia, entre outras disciplinas, inevitavelmente as colocamos em um patamar mais elevado

que outras que nos parecem menos importantes, pois de algum modo nos é ensinado a hierarquizar a relevância de certos conhecimentos desde os tempos de escola.

No, entanto, atualidades é o único tema que insere o indivíduo no estudo do momento presente, seus acontecimentos, eventos e transformações. O conhecimento do mundo em que se vive de modo algum deve ser visto como irrelevante no estudo para concursos, pois permite que o indivíduo vá além do conhecimento técnico e explore novas perspectivas quanto à conhecimento de mundo.

Em sua grande maioria, as questões de atualidades em concursos são sobre fatos e acontecimentos de interesse público, mas podem também apresentar conhecimentos específicos do meio político, social ou econômico, sejam eles sobre música, arte, política, economia, figuras públicas, leis etc. Seja qual for a área, as questões de atualidades auxiliam as bancas a peneirarem os candidatos e selecionarem os melhores preparados não apenas de modo técnico.

Sendo assim, estudar atualidades é o ato de se manter constantemente informado. Os temas de atualidades em concursos são sempre relevantes. É certo que nem todas as notícias que você vê na televisão ou ouve no rádio aparecem nas questões, manter-se informado, porém, sobre as principais notícias de relevância nacional e internacional em pauta é o caminho, pois são debates de extrema recorrência na mídia.

O grande desafio, nos tempos atuais, é separar o joio do trigo. Com o grande fluxo de informações que recebemos diariamente, é preciso filtrar com sabedoria o que de fato se está consumindo. Por diversas vezes, os meios de comunicação (TV, internet, rádio etc.) adaptam o formato jornalístico ou informacional para transmitirem outros tipos de informação, como fofocas, vidas de celebridades, futebol, acontecimentos de novelas, que não devem de modo algum serem inseridos como parte do estudo de atualidades. Os interesses pessoais em assuntos deste cunho não são condenáveis de modo algum, mas são triviais quanto ao estudo.

Ainda assim, mesmo que tentemos nos manter atualizados através de revistas e telejornais, o fluxo interminável e ininterrupto de informações veiculados impede que saibamos de fato como estudar. Apostilas e livros de concursos impressos também se tornam rapidamente desatualizados e obsoletos, pois atualidades é uma disciplina que se renova a cada instante.

O mundo da informação está cada vez mais virtual e tecnológico, as sociedades se informam pela internet e as compartilham em velocidades incalculáveis. Pensando nisso, a editora prepara mensalmente o material de atualidades de mais diversos campos do conhecimento (tecnologia, Brasil, política, ética, meio ambiente, jurisdição etc.) na “Área do Cliente”.

Lá, o concurseiro encontrará um material completo de aula preparado com muito carinho para seu melhor aproveitamento. Com o material disponibilizado online, você poderá conferir e checar os fatos e fontes de imediato através dos veículos de comunicação virtuais, tornando a ponte entre o estudo desta disciplina tão fluida e a veracidade das informações um caminho certo.

**VISÃO CRÍTICA FRENTE AOS DESAFIOS APRESENTADOS NO CENÁRIO CONTEMPORÂNEO GLOBAL, ESPECIFICAMENTE NO BRASIL E AS RELAÇÕES COM A EDUCAÇÃO BRASILEIRA**

**O cenário contemporâneo global e seus principais desafios:**

**▪ Globalização, tecnologia e mudanças socioculturais**

O mundo contemporâneo é marcado por transformações profundas impulsionadas, principalmente, pela globalização e pelos avanços tecnológicos. A globalização, enquanto processo de integração econômica, política e cultural entre diferentes países, promoveu uma aproximação sem precedentes entre nações. Esse fenômeno permitiu maior circulação de bens, serviços, informações e pessoas, encurtando distâncias e redesenhando a forma como as sociedades interagem.

Contudo, os efeitos da globalização não são homogêneos. Enquanto algumas nações e setores se beneficiaram economicamente, outras enfrentaram o agravamento de desigualdades e a perda de autonomia em diversas áreas. A disseminação de tecnologias digitais, por exemplo, gerou uma revolução no mercado de trabalho, na educação e nas formas de comunicação, mas também criou uma nova divisão: a exclusão digital. Países e populações sem acesso a tecnologias básicas se veem marginalizados em um cenário cada vez mais competitivo.

Além disso, as mudanças socioculturais têm afetado identidades nacionais, valores tradicionais e estruturas familiares. O mundo contemporâneo presencia o fortalecimento de pautas identitárias, como os direitos das mulheres, das populações LGBTQIA+, indígenas e negras, ao mesmo tempo em que cresce, paradoxalmente, o conservadorismo em diversas regiões. Esse choque de valores tem gerado polarizações políticas e culturais acirradas, alimentadas, muitas vezes, por algoritmos de redes sociais que promovem bolhas informacionais.

**▪ Desigualdades econômicas e impactos nas nações em desenvolvimento**

Um dos principais desafios do século XXI é a persistência — e, em alguns casos, o aprofundamento — das desigualdades econômicas. Segundo dados recentes do Banco Mundial, a concentração de renda aumentou globalmente nas últimas décadas, com um pequeno grupo acumulando a maior parte da riqueza produzida.

Para os países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil, esse cenário se traduz em dificuldades para garantir inclusão social e crescimento sustentável. O sistema capitalista atual favorece os países que já detêm poder econômico e tecnológico, deixando os demais em situação de dependência. Muitas vezes, as nações mais pobres são obrigadas a submeter suas políticas econômicas aos interesses de grandes potências ou organizações financeiras internacionais, comprometendo sua soberania.

Além disso, o crescimento econômico, por si só, não tem garantido justiça social. Mesmo em países que apresentam indicadores positivos de PIB, o acesso desigual a serviços básicos como saúde, educação, saneamento e segurança perpetua ciclos de pobreza e exclusão.

### **Crises ambientais, sanitárias e políticas**

Outro conjunto de desafios relevantes no mundo contemporâneo diz respeito às crises ambientais, sanitárias e políticas. O avanço das mudanças climáticas, com o aumento das temperaturas globais, o derretimento das calotas polares e a intensificação de eventos extremos como secas, enchentes e incêndios, representa uma ameaça concreta à vida no planeta. O Painel Intergovernamental sobre Mudanças Climáticas (IPCC) já alertou que os próximos anos são decisivos para reverter parte dos danos causados.

No campo sanitário, a pandemia de COVID-19 escancarou as fragilidades dos sistemas de saúde em todo o mundo. A falta de preparo, a desigualdade no acesso a vacinas e tratamentos, e os impactos sociais decorrentes do isolamento evidenciaram que as crises de saúde pública afetam de maneira desproporcional os mais vulneráveis. Além disso, revelou-se a importância de investimentos consistentes e planejamento em saúde preventiva e infraestrutura hospitalar.

No aspecto político, o crescimento de regimes autoritários, a descrença nas instituições democráticas e a disseminação de desinformação (fake news) vêm comprometendo o funcionamento de sistemas políticos ao redor do mundo. A polarização e o populismo têm enfraquecido debates racionais e embasados, favorecendo discursos de ódio e práticas antidemocráticas.

#### **O reflexo desses desafios no contexto brasileiro:**

##### **▪ A crise econômica, a instabilidade política e suas raízes históricas**

O Brasil, como nação inserida no sistema capitalista global, sente de maneira intensa os impactos dos desafios mundiais. Entretanto, o agravamento de muitos desses problemas tem raízes históricas específicas, ligadas à formação social, econômica e política do país. A crise econômica que afeta o Brasil desde meados da década de 2010 é resultado de uma combinação de fatores internos e externos.

Internamente, o país sofre com a má gestão de recursos públicos, corrupção sistêmica e um sistema tributário regressivo, que penaliza mais os pobres e beneficia os mais ricos. Soma-se a isso a desindustrialização precoce, a dependência de exportação de commodities e a baixa produtividade da economia. Externamente, oscilações nos preços internacionais de matérias-primas e crises globais, como a da COVID-19 e os conflitos geopolíticos, afetaram negativamente a economia brasileira.

A instabilidade política também é um fator crítico. O país tem passado por sucessivos momentos de tensão institucional, com enfraquecimento do diálogo entre os poderes, crise de representatividade e crescimento da polarização ideológica. Essa instabilidade prejudica a criação e a implementação de políticas públicas consistentes e duradouras, além de comprometer a confiança da população nas instituições democráticas.

##### **▪ O papel do Brasil no cenário internacional**

No cenário internacional, o Brasil ocupa uma posição ambígua. Por um lado, é uma das maiores economias do mundo, com vasto território, grande diversidade de recursos naturais e importante papel geopolítico, especialmente na América Latina. Por outro lado, enfrenta limitações estruturais que dificultam seu protagonismo global.

A política externa brasileira tem oscilado bastante nos últimos anos, ora com maior alinhamento a potências tradicionais, ora buscando reforçar sua atuação em blocos como os BRICS (Brasil, Rússia, Índia, China e África do Sul) ou em fóruns multilaterais. No entanto, a instabilidade política interna tem afetado a credibilidade internacional do país, o que prejudica sua capacidade de atrair investimentos e de influenciar decisões estratégicas no cenário global.

Além disso, o Brasil é constantemente cobrado quanto à sua responsabilidade ambiental, principalmente em relação à preservação da Amazônia. A questão ambiental tornou-se um dos principais pontos de atenção internacional em relação ao país, e sua condução pode reforçar ou enfraquecer alianças diplomáticas e comerciais.

##### **▪ Desigualdade social e concentração de renda**

Entre os reflexos mais visíveis dos desafios globais no Brasil está a persistente desigualdade social. O país figura entre os mais desiguais do mundo, com disparidades profundas no acesso à educação, saúde, moradia, segurança e oportunidades de trabalho. Essa desigualdade é herança de séculos de escravidão, colonização excludente e políticas públicas que, em sua maioria, não priorizaram a inclusão social de forma efetiva.

Os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e de outras instituições revelam um abismo entre ricos e pobres no Brasil, com os 10% mais ricos concentrando uma parcela significativa da renda nacional. Em contrapartida, milhões de brasileiros vivem abaixo da linha da pobreza, enfrentando insegurança alimentar, desemprego ou subemprego, e moradia precária.

A pandemia de COVID-19 agravou esse quadro, escancarando vulnerabilidades já existentes. O acesso desigual à internet, por exemplo, evidenciou o problema da exclusão digital, dificultando a continuidade dos estudos para milhões de estudantes. A falta de políticas públicas efetivas e a baixa coordenação entre os entes federativos comprometeram a resposta à crise sanitária e seus desdobramentos sociais.

A concentração de renda também impacta o funcionamento da democracia. Em um país onde a desigualdade é extrema, o poder político e econômico tende a se concentrar nas mãos de poucos, dificultando a construção de uma sociedade mais justa e participativa.

#### **A educação brasileira diante desses desafios:**

##### **▪ O sistema educacional como reflexo das desigualdades sociais**

A educação no Brasil é, simultaneamente, vítima e expressão das desigualdades estruturais do país. As profundas disparidades regionais, raciais, econômicas e culturais se refletem diretamente nas oportunidades educacionais oferecidas à população. Escolas em áreas urbanas centrais e privadas, por exemplo, tendem a ter maior infraestrutura, professores mais bem pagos e qualificados, acesso à tecnologia e acompanhamento pedagógico. Por outro lado, escolas públicas em áreas periféricas ou rurais muitas vezes enfrentam falta de recursos básicos, ausência de material didático adequado, prédios precários e alta rotatividade de professores.

Essa desigualdade educacional tem raízes históricas. Durante séculos, o acesso à educação de qualidade foi privilégio de uma minoria. Mesmo após a Constituição de 1988 estabelecer a

# CONHECIMENTOS SOBRE POLÍTICAS EDUCACIONAIS E DE COMBATE À POBREZA

## LEI DE DIRETRIZES E BASES DA EDUCAÇÃO NACIONAL

LEI Nº 9.394, DE 20 DE DEZEMBRO DE 1996

*Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional.*

O PRESIDENTE DA REPÚBLICA Faço saber que o Congresso Nacional decreta e eu sanciono a seguinte Lei:

### TÍTULO I DA EDUCAÇÃO

Art. 1º A educação abrange os processos formativos que se desenvolvem na vida familiar, na convivência humana, no trabalho, nas instituições de ensino e pesquisa, nos movimentos sociais e organizações da sociedade civil e nas manifestações culturais.

§1º Esta Lei disciplina a educação escolar, que se desenvolve, predominantemente, por meio do ensino, em instituições próprias.

§2º A educação escolar deverá vincular-se ao mundo do trabalho e à prática social.

### TÍTULO II DOS PRINCÍPIOS E FINS DA EDUCAÇÃO NACIONAL

Art. 2º A educação, dever da família e do Estado, inspirada nos princípios de liberdade e nos ideais de solidariedade humana, tem por finalidade o pleno desenvolvimento do educando, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho.

Art. 3º O ensino será ministrado com base nos seguintes princípios:

I - igualdade de condições para o acesso e permanência na escola;

II - liberdade de aprender, ensinar, pesquisar e divulgar a cultura, o pensamento, a arte e o saber;

III - pluralismo de idéias e de concepções pedagógicas;

IV - respeito à liberdade e apreço à tolerância;

V - coexistência de instituições públicas e privadas de ensino;

VI - gratuidade do ensino público em estabelecimentos oficiais;

VII - valorização do profissional da educação escolar;

VIII - gestão democrática do ensino público, na forma desta Lei e da legislação dos respectivos Estados e Municípios e do Distrito Federal; (Redação dada pela Lei nº 14.644, de 2023)

IX - garantia de padrão de qualidade; (Vide Decreto nº 11.713, de 2023)

X - valorização da experiência extra-escolar;

XI - vinculação entre a educação escolar, o trabalho e as práticas sociais.

XII - consideração com a diversidade étnico-racial. (Incluído pela Lei nº 12.796, de 2013)

XIII - garantia do direito à educação e à aprendizagem ao longo da vida. (Incluído pela Lei nº 13.632, de 2018)

XIV - respeito à diversidade humana, linguística, cultural e identitária das pessoas surdas, surdo-cegas e com deficiência auditiva. (Incluído pela Lei nº 14.191, de 2021)

XV - garantia do direito de acesso a informações públicas sobre a gestão da educação. (Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)

### TÍTULO III DO DIREITO À EDUCAÇÃO E DO DEVER DE EDUCAR

Art. 4º O dever do Estado com educação escolar pública será efetivado mediante a garantia de:

I - educação básica obrigatória e gratuita dos 4 (quatro) aos 17 (dezessete) anos de idade, organizada da seguinte forma: (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

a) pré-escola; (Incluído pela Lei nº 12.796, de 2013)

b) ensino fundamental; (Incluído pela Lei nº 12.796, de 2013)

c) ensino médio; (Incluído pela Lei nº 12.796, de 2013)

II - educação infantil gratuita às crianças de até 5 (cinco) anos de idade; (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

III - atendimento educacional especializado gratuito aos educandos com deficiência, transtornos globais do desenvolvimento e altas habilidades ou superdotação, transversal a todos os níveis, etapas e modalidades, preferencialmente na rede regular de ensino; (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

IV - acesso público e gratuito aos ensinos fundamental e médio para todos os que não os concluíram na idade própria; (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

V - acesso aos níveis mais elevados do ensino, da pesquisa e da criação artística, segundo a capacidade de cada um;

VI - oferta de ensino noturno regular, adequado às condições do educando;

VII - oferta de educação escolar regular para jovens e adultos, com características e modalidades adequadas às suas necessidades e disponibilidades, garantindo-se aos que forem trabalhadores as condições de acesso e permanência na escola;

VIII - atendimento ao educando, em todas as etapas da educação básica, por meio de programas suplementares de material didático-escolar, transporte, alimentação e assistência à saúde; (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

IX - padrões mínimos de qualidade do ensino, definidos como a variedade e a quantidade mínimas, por aluno, de insumos indispensáveis ao desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem adequados à idade e às necessidades específicas

de cada estudante, inclusive mediante a provisão de mobiliário, equipamentos e materiais pedagógicos apropriados; (Redação dada pela Lei nº 14.333, de 2022)

X – vaga na escola pública de educação infantil ou de ensino fundamental mais próxima de sua residência a toda criança a partir do dia em que completar 4 (quatro) anos de idade. (Incluído pela Lei nº 11.700, de 2008).

XI – alfabetização plena e capacitação gradual para a leitura ao longo da educação básica como requisitos indispensáveis para a efetivação dos direitos e objetivos de aprendizagem e para o desenvolvimento dos indivíduos. (Incluído pela Lei nº 14.407, de 2022)

XII - educação digital, com a garantia de conectividade de todas as instituições públicas de educação básica e superior à internet em alta velocidade, adequada para o uso pedagógico, com o desenvolvimento de competências voltadas ao letramento digital de jovens e adultos, criação de conteúdos digitais, comunicação e colaboração, segurança e resolução de problemas. (Incluído pela Lei nº 14.533, de 2023) (Vide Decreto nº 11.713, de 2023)

Parágrafo único. Para efeitos do disposto no inciso XII do caput deste artigo, as relações entre o ensino e a aprendizagem digital deverão prever técnicas, ferramentas e recursos digitais que fortaleçam os papéis de docência e aprendizagem do professor e do aluno e que criem espaços coletivos de mútuo desenvolvimento. (Incluído pela Lei nº 14.533, de 2023)

Art. 4º-A. É assegurado atendimento educacional, durante o período de internação, ao aluno da educação básica internado para tratamento de saúde em regime hospitalar ou domiciliar por tempo prolongado, conforme dispuser o Poder Público em regulamento, na esfera de sua competência federativa. (Incluído pela Lei nº 13.716, de 2018).

Art. 5º O acesso à educação básica obrigatória é direito público subjetivo, podendo qualquer cidadão, grupo de cidadãos, associação comunitária, organização sindical, entidade de classe ou outra legalmente constituída e, ainda, o Ministério Público, acionar o poder público para exigi-lo. (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

§1º O poder público, na esfera de sua competência federativa, deverá: (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

I - recensear anualmente as crianças e adolescentes em idade escolar, bem como os jovens e adultos que não concluíram a educação básica; (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

II - fazer-lhes a chamada pública;

III - zelar, junto aos pais ou responsáveis, pela frequência à escola.

IV - divulgar a lista de espera por vagas nos estabelecimentos de educação básica de sua rede, inclusive creches, por ordem de colocação e, sempre que possível, por unidade escolar, bem como divulgar os critérios para a elaboração da lista. (Incluído pela Lei nº 14.685, de 2023)

V – garantir aos pais, aos responsáveis e aos estudantes acesso aos resultados das avaliações de qualidade e de rendimento escolar nas instituições de ensino, diretamente realizadas por ele ou em parceria com organizações internacionais. **(Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)**

§2º Em todas as esferas administrativas, o Poder Público assegurará em primeiro lugar o acesso ao ensino obrigatório, nos termos deste artigo, contemplando em seguida os demais níveis e modalidades de ensino, conforme as prioridades constitucionais e legais.

§3º Qualquer das partes mencionadas no caput deste artigo tem legitimidade para peticionar no Poder Judiciário, na hipótese do §2º do art. 208 da Constituição Federal, sendo gratuita e de rito sumário a ação judicial correspondente.

§4º Comprovada a negligência da autoridade competente para garantir o oferecimento do ensino obrigatório, poderá ela ser imputada por crime de responsabilidade.

§5º Para garantir o cumprimento da obrigatoriedade de ensino, o Poder Público criará formas alternativas de acesso aos diferentes níveis de ensino, independentemente da escolarização anterior.

Art. 6º É dever dos pais ou responsáveis efetuar a matrícula das crianças na educação básica a partir dos 4 (quatro) anos de idade. (Redação dada pela Lei nº 12.796, de 2013)

Art. 7º O ensino é livre à iniciativa privada, atendidas as seguintes condições:

I - cumprimento das normas gerais da educação nacional e do respectivo sistema de ensino;

II - autorização de funcionamento e avaliação de qualidade pelo Poder Público;

III - capacidade de autofinanciamento, ressalvado o previsto no art. 213 da Constituição Federal.

Art. 7º-A Ao aluno regularmente matriculado em instituição de ensino pública ou privada, de qualquer nível, é assegurado, no exercício da liberdade de consciência e de crença, o direito de, mediante prévio e motivado requerimento, ausentar-se de prova ou de aula marcada para dia em que, segundo os preceitos de sua religião, seja vedado o exercício de tais atividades, devendo-se-lhe atribuir, a critério da instituição e sem custos para o aluno, uma das seguintes prestações alternativas, nos termos do inciso VIII do caput do art. 5º da Constituição Federal: (Incluído pela Lei nº 13.796, de 2019) (Vigência)

I - prova ou aula de reposição, conforme o caso, a ser realizada em data alternativa, no turno de estudo do aluno ou em outro horário agendado com sua anuência expressa; (Incluído pela Lei nº 13.796, de 2019) (Vigência)

II - trabalho escrito ou outra modalidade de atividade de pesquisa, com tema, objetivo e data de entrega definidos pela instituição de ensino. (Incluído pela Lei nº 13.796, de 2019) (Vigência)

§1º A prestação alternativa deverá observar os parâmetros curriculares e o plano de aula do dia da ausência do aluno. (Incluído pela Lei nº 13.796, de 2019) (Vigência)

§2º O cumprimento das formas de prestação alternativa de que trata este artigo substituirá a obrigação original para todos os efeitos, inclusive regularização do registro de frequência. (Incluído pela Lei nº 13.796, de 2019) (Vigência)

§3º As instituições de ensino implementarão progressivamente, no prazo de 2 (dois) anos, as providências e adaptações necessárias à adequação de seu funcionamento às medidas previstas neste artigo. (Incluído pela Lei nº 13.796, de 2019) (Vigência)

§4º O disposto neste artigo não se aplica ao ensino militar a que se refere o art. 83 desta Lei. (Incluído pela Lei nº 13.796, de 2019) (Vigência) (Vide parágrafo único do art. 2)

**TÍTULO IV  
DA ORGANIZAÇÃO DA EDUCAÇÃO NACIONAL**

Art. 8º A União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios organizarão, em regime de colaboração, os respectivos sistemas de ensino. (Vide Decreto nº 11.713, de 2023)

§1º Caberá à União a coordenação da política nacional de educação, articulando os diferentes níveis e sistemas e exercendo função normativa, redistributiva e supletiva em relação às demais instâncias educacionais.

§2º Os sistemas de ensino terão liberdade de organização nos termos desta Lei.

Art. 9º A União incumbir-se-á de: (Regulamento)

I - elaborar o Plano Nacional de Educação, em colaboração com os Estados, o Distrito Federal e os Municípios;

II - organizar, manter e desenvolver os órgãos e instituições oficiais do sistema federal de ensino e o dos Territórios;

III - prestar assistência técnica e financeira aos Estados, ao Distrito Federal e aos Municípios para o desenvolvimento de seus sistemas de ensino e o atendimento prioritário à escolaridade obrigatória, exercendo sua função redistributiva e supletiva;

IV - estabelecer, em colaboração com os Estados, o Distrito Federal e os Municípios, competências e diretrizes para a educação infantil, o ensino fundamental e o ensino médio, que nortearão os currículos e seus conteúdos mínimos, de modo a assegurar formação básica comum;

IV-A - estabelecer, em colaboração com os Estados, o Distrito Federal e os Municípios, diretrizes e procedimentos para identificação, cadastramento e atendimento, na educação básica e na educação superior, de alunos com altas habilidades ou superdotação; (Incluído pela Lei nº 13.234, de 2015)

V - coletar, analisar e disseminar informações sobre a educação;

VI - assegurar processo nacional de avaliação do rendimento escolar no ensino fundamental, médio e superior, em colaboração com os sistemas de ensino, objetivando a definição de prioridades e a melhoria da qualidade do ensino;

VII - baixar normas gerais sobre cursos de graduação e pós-graduação;

VII-A - assegurar, em colaboração com os sistemas de ensino, processo nacional de avaliação das instituições e dos cursos de educação profissional técnica e tecnológica; (Incluído pela Lei nº 14.645, de 2023)

VIII - assegurar processo nacional de avaliação das instituições de educação superior, com a cooperação dos sistemas que tiverem responsabilidade sobre este nível de ensino;

IX - autorizar, reconhecer, credenciar, supervisionar e avaliar, respectivamente, os cursos das instituições de educação superior e os estabelecimentos do seu sistema de ensino. (Vide Lei nº 10.870, de 2004)

§1º Na estrutura educacional, haverá um Conselho Nacional de Educação, com funções normativas e de supervisão e atividade permanente, criado por lei.

§2º Para o cumprimento do disposto nos incisos V a IX, a União terá acesso a todos os dados e informações necessários de todos os estabelecimentos e órgãos educacionais.

§3º As atribuições constantes do inciso IX poderão ser delegadas aos Estados e ao Distrito Federal, desde que mantenham instituições de educação superior.

Art. 10. Os Estados incumbir-se-ão de:

I - organizar, manter e desenvolver os órgãos e instituições oficiais dos seus sistemas de ensino;

II - definir, com os Municípios, formas de colaboração na oferta do ensino fundamental, as quais devem assegurar a distribuição proporcional das responsabilidades, de acordo com a população a ser atendida e os recursos financeiros disponíveis em cada uma dessas esferas do Poder Público;

III - elaborar e executar políticas e planos educacionais, em consonância com as diretrizes e planos nacionais de educação, integrando e coordenando as suas ações e as dos seus Municípios;

IV - autorizar, reconhecer, credenciar, supervisionar e avaliar, respectivamente, os cursos das instituições de educação superior e os estabelecimentos do seu sistema de ensino;

V - baixar normas complementares para o seu sistema de ensino;

VI - assegurar o ensino fundamental e oferecer, com prioridade, o ensino médio a todos que o demandarem, respeitado o disposto no art. 38 desta Lei; (Redação dada pela Lei nº 12.061, de 2009)

VII - assumir o transporte escolar dos alunos da rede estadual, permitindo aos respectivos professores, em trechos autorizados, o uso de assentos vagos nos veículos; (Redação dada pela Lei nº 14.862, de 2024)

VIII - instituir, na forma da lei de que trata o art. 14, Conselhos Escolares e Fóruns dos Conselhos Escolares. (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

IX - articular-se com os respectivos Municípios para que o disposto no inciso VII deste caput e no inciso VI do caput do art. 11 desta Lei seja cumprido da forma que melhor atenda aos interesses dos alunos e dos professores. (Incluído pela Lei nº 14.862, de 2024)

Parágrafo único. Ao Distrito Federal aplicar-se-ão as competências referentes aos Estados e aos Municípios.

Art. 11. Os Municípios incumbir-se-ão de:

I - organizar, manter e desenvolver os órgãos e instituições oficiais dos seus sistemas de ensino, integrando-os às políticas e planos educacionais da União e dos Estados;

II - exercer ação redistributiva em relação às suas escolas;

III - baixar normas complementares para o seu sistema de ensino;

IV - autorizar, credenciar e supervisionar os estabelecimentos do seu sistema de ensino;

V - oferecer a educação infantil em creches e pré-escolas, e, com prioridade, o ensino fundamental, permitida a atuação em outros níveis de ensino somente quando estiverem atendidas plenamente as necessidades de sua área de competência e com recursos acima dos percentuais mínimos vinculados pela Constituição Federal à manutenção e desenvolvimento do ensino.

VI - assumir o transporte escolar dos alunos da rede municipal, permitindo aos respectivos professores, em trechos autorizados, o uso de assentos vagos nos veículos; (Redação dada pela Lei nº 14.862, de 2024)

VII - instituir, na forma da lei de que trata o art. 14, Conselhos Escolares e Fóruns dos Conselhos Escolares. (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

Parágrafo único. Os Municípios poderão optar, ainda, por se integrar ao sistema estadual de ensino ou compor com ele um sistema único de educação básica.

Art. 12. Os estabelecimentos de ensino, respeitadas as normas comuns e as do seu sistema de ensino, terão a incumbência de:

- I - elaborar e executar sua proposta pedagógica;
- II - administrar seu pessoal e seus recursos materiais e financeiros;
- III - assegurar o cumprimento dos dias letivos e horas-aula estabelecidas;
- IV - velar pelo cumprimento do plano de trabalho de cada docente;
- V - prover meios para a recuperação dos alunos de menor rendimento;
- VI - articular-se com as famílias e a comunidade, criando processos de integração da sociedade com a escola;
- VII - informar pai e mãe, conviventes ou não com seus filhos, e, se for o caso, os responsáveis legais, sobre a frequência e rendimento dos alunos, bem como sobre a execução da proposta pedagógica da escola; (Redação dada pela Lei nº 12.013, de 2009)
- VIII - notificar ao Conselho Tutelar do Município a relação dos alunos que apresentem quantidade de faltas acima de 30% (trinta por cento) do percentual permitido em lei; (Redação dada pela Lei nº 13.803, de 2019)
- IX - promover medidas de conscientização, de prevenção e de combate a todos os tipos de violência, especialmente a intimidação sistemática (bullying), no âmbito das escolas; (Incluído pela Lei nº 13.663, de 2018)
- X - estabelecer ações destinadas a promover a cultura de paz nas escolas. (Incluído pela Lei nº 13.663, de 2018)
- XI - promover ambiente escolar seguro, adotando estratégias de prevenção e enfrentamento ao uso ou dependência de drogas. (Incluído pela Lei nº 13.840, de 2019)
- XII - instituir, na forma da lei de que trata o art. 14, os Conselhos Escolares. (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

Art. 13. Os docentes incumbir-se-ão de:

- I - participar da elaboração da proposta pedagógica do estabelecimento de ensino;
- II - elaborar e cumprir plano de trabalho, segundo a proposta pedagógica do estabelecimento de ensino;
- III - zelar pela aprendizagem dos alunos;
- IV - estabelecer estratégias de recuperação para os alunos de menor rendimento;
- V - ministrar os dias letivos e horas-aula estabelecidos, além de participar integralmente dos períodos dedicados ao planejamento, à avaliação e ao desenvolvimento profissional;
- VI - colaborar com as atividades de articulação da escola com as famílias e a comunidade.

Art. 14. Lei dos respectivos Estados e Municípios e do Distrito Federal definirá as normas da gestão democrática do ensino público na educação básica, de acordo com as suas peculiaridades e conforme os seguintes princípios: (Redação dada pela Lei nº 14.644, de 2023)

- I - participação dos profissionais da educação na elaboração do projeto pedagógico da escola;
  - II - participação das comunidades escolar e local em Conselhos Escolares e em Fóruns dos Conselhos Escolares ou equivalentes. (Redação dada pela Lei nº 14.644, de 2023)
- §1º O Conselho Escolar, órgão deliberativo, será composto do Diretor da Escola, membro nato, e de representantes das comunidades escolar e local, eleitos por seus pares nas seguintes categorias: (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

I - professores, orientadores educacionais, supervisores e administradores escolares; (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

II - demais servidores públicos que exerçam atividades administrativas na escola; (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

III - estudantes; (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

IV - pais ou responsáveis; (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

V - membros da comunidade local. (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

§2º O Fórum dos Conselhos Escolares é um colegiado de caráter deliberativo que tem como finalidades o fortalecimento dos Conselhos Escolares de sua circunscrição e a efetivação do processo democrático nas unidades educacionais e nas diferentes instâncias decisórias, com vistas a melhorar a qualidade da educação, norteados pelos seguintes princípios: (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

I - democratização da gestão; (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

II - democratização do acesso e permanência; (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

III - qualidade social da educação. (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

§3º O Fórum dos Conselhos Escolares será composto de: (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

I - 2 (dois) representantes do órgão responsável pelo sistema de ensino; (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

II - 2 (dois) representantes de cada Conselho Escolar da circunscrição de atuação do Fórum dos Conselhos Escolares. (Incluído pela Lei nº 14.644, de 2023)

Art. 14-A. A União, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios adotarão, como princípios de gestão de suas redes de ensino, a transparência e o acesso à informação, devendo disponibilizar ao público, em meio eletrônico, informações acessíveis referentes a: **(Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)** (Vide Lei nº 15.001, de 2024)

I - número de vagas disponíveis e preenchidas por instituição de ensino, lista de espera, quando houver, por ordem de colocação, e, no caso de instituições federais, especificação da reserva de vagas, nos termos da Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012; **(Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)**

II - bolsas e auxílios para estudo e pesquisa concedidos a estudantes, a professores e a pesquisadores; **(Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)**

III - atividades ou projetos de pesquisa, extensão e inovação tecnológica finalizados e em andamento, no caso de instituições de educação superior; **(Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)**

IV - estatísticas relativas a fluxo e a rendimento escolares; **(Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)**

V - execução física e financeira de programas, de projetos e de atividades direcionados à educação básica e superior financiados com recursos públicos, renúncia fiscal ou subsídios tributários, financeiros ou creditícios, discriminados de acordo com a denominação a eles atribuída nos diplomas legais que os instituíram; **(Incluído pela LEI Nº 15.001, DE 16 DE OUTUBRO DE 2024)**

VI - currículo profissional e acadêmico dos ocupantes de cargo de direção de instituição de ensino e dos membros dos conselhos de educação, observadas as disposições da Lei nº

# NOÇÕES GERAIS DA IGUALDADE RACIAL E DE GÊNERO

## CONSTITUIÇÃO DA REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL (ART. 1º, 3º, 4º E 5º)

### DOS PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS

#### Forma, Sistema e Fundamentos da República

##### – Papel dos Princípios e o Neoconstitucionalismo

Os princípios abandonam sua função meramente subsidiária na aplicação do Direito, quando serviam tão somente de meio de integração da ordem jurídica (na hipótese de eventual lacuna) e vetor interpretativo, e passam a ser dotados de elevada e reconhecida normatividade.

##### – Princípio Federativo

Significa que a União, os Estados-membros, o Distrito Federal e os Municípios possuem autonomia, caracteriza por um determinado grau de liberdade referente à sua organização, à sua administração, à sua normatização e ao seu Governo, porém limitada por certos princípios consagrados pela Constituição Federal.

##### – Princípio Republicano

É uma forma de Governo fundada na igualdade formal entre as pessoas, em que os detentores do poder político exercem o comando do Estado em caráter eletivo, representativo, temporário e com responsabilidade.

##### – Princípio do Estado Democrático de Direito

O Estado de Direito é aquele que se submete ao império da lei. Por sua vez, o Estado democrático caracteriza-se pelo respeito ao princípio fundamental da soberania popular, vale dizer, funda-se na noção de Governo do povo, pelo povo e para o povo.

##### – Princípio da Soberania Popular

O parágrafo único do Artigo 1º da Constituição Federal revela a adoção da soberania popular como princípio fundamental ao prever que *“Todo o poder emana do povo, que o exerce por meio de representantes eleitos ou diretamente, nos termos desta Constituição”*.

##### – Princípio da Separação dos Poderes

A visão moderna da separação dos Poderes não impede que cada um deles exerça atipicamente (de forma secundária), além de sua função típica (preponderante), funções atribuídas a outro Poder.

Vejam os abaixo, os dispositivos constitucionais correspondentes ao tema supracitado:

### TÍTULO I

#### DOS PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS

Art. 1º A República Federativa do Brasil, formada pela união indissolúvel dos Estados e Municípios e do Distrito Federal, constitui - se em Estado Democrático de Direito e tem como fundamentos:

I - a soberania;

II - a cidadania

III - a dignidade da pessoa humana;

IV - os valores sociais do trabalho e da livre iniciativa; (Vide Lei nº 13.874, de 2019)

V - o pluralismo político.

Parágrafo único. Todo o poder emana do povo, que o exerce por meio de representantes eleitos ou diretamente, nos termos desta Constituição.

Art. 2º São Poderes da União, independentes e harmônicos entre si, o Legislativo, o Executivo e o Judiciário.

#### Objetivos Fundamentais da República

Os Objetivos Fundamentais da República estão elencados no Artigo 3º da CF/88. Vejam os:

Art. 3º Constituem objetivos fundamentais da República Federativa do Brasil:

I - construir uma sociedade livre, justa e solidária;

II - garantir o desenvolvimento nacional;

III - erradicar a pobreza e a marginalização e reduzir as desigualdades sociais e regionais;

IV - promover o bem de todos, sem preconceitos de origem, raça, sexo, cor, idade e quaisquer outras formas de discriminação..

#### Princípios de Direito Constitucional Internacional

Os Princípios de Direito Constitucional Internacional estão elencados no Artigo 4º da CF/88. Vejam os:

Art. 4º A República Federativa do Brasil rege - se nas suas relações internacionais pelos seguintes princípios:

I - independência nacional;

II - prevalência dos direitos humanos;

III - autodeterminação dos povos;

IV - não - intervenção;

V - igualdade entre os Estados;

VI - defesa da paz;

VII - solução pacífica dos conflitos;

VIII - repúdio ao terrorismo e ao racismo;

IX - cooperação entre os povos para o progresso da humanidade;

X - concessão de asilo político.

Parágrafo único. A República Federativa do Brasil buscará a integração econômica, política, social e cultural dos povos da América Latina, visando à formação de uma comunidade latino-americana de nações.

## DOS DIREITOS E GARANTIAS FUNDAMENTAIS

Os direitos individuais estão elencados no caput do Artigo 5º da CF. São eles:

### Direito à Vida

O direito à vida deve ser observado por dois prismas: o direito de permanecer vivo e o direito de uma vida digna.

O direito de permanecer vivo pode ser observado, por exemplo, na vedação à pena de morte (salvo em caso de guerra declarada).

Já o direito à uma vida digna, garante as necessidades vitais básicas, proibindo qualquer tratamento desumano como a tortura, penas de caráter perpétuo, trabalhos forçados, cruéis, etc.

### Direito à Liberdade

O direito à liberdade consiste na afirmação de que ninguém será obrigado a fazer ou deixar de fazer alguma coisa, senão em virtude de lei. Tal dispositivo representa a consagração da autonomia privada.

Trata-se a liberdade, de direito amplo, já que compreende, dentre outros, as liberdades: de opinião, de pensamento, de locomoção, de consciência, de crença, de reunião, de associação e de expressão.

### Direito à Igualdade

A igualdade, princípio fundamental proclamado pela Constituição Federal e base do princípio republicano e da democracia, deve ser encarada sob duas óticas, a igualdade material e a igualdade formal.

A igualdade formal é a identidade de direitos e deveres concedidos aos membros da coletividade por meio da norma.

Por sua vez, a igualdade material tem por finalidade a busca da equiparação dos cidadãos sob todos os aspectos, inclusive o jurídico. É a consagração da máxima de Aristóteles, para quem o princípio da igualdade consistia em tratar igualmente os iguais e desigualmente os desiguais na medida em que eles se desigualem.

Sob o pálio da igualdade material, caberia ao Estado promover a igualdade de oportunidades por meio de políticas públicas e leis que, atentos às características dos grupos menos favorecidos, compensassem as desigualdades decorrentes do processo histórico da formação social.

### Direito à Privacidade

Para o estudo do Direito Constitucional, a privacidade é gênero, do qual são espécies a intimidade, a honra, a vida privada e a imagem. De maneira que, os mesmos são invioláveis e a eles assegura-se o direito à indenização pelo dano moral ou material decorrente de sua violação.

### Direito à Honra

O direito à honra almeja tutelar o conjunto de atributos pertinentes à reputação do cidadão sujeito de direitos, exatamente por tal motivo, são previstos no Código Penal.

### Direito de Propriedade

É assegurado o direito de propriedade, contudo, com restrições, como por exemplo, de que se atenda à função social da propriedade. Também se enquadram como espécies de restrição do direito de propriedade, a requisição, a desapropriação, o confisco e o usucapião.

Do mesmo modo, é no direito de propriedade que se asseguram a inviolabilidade do domicílio, os direitos autorais (propriedade intelectual) e os direitos reativos à herança.

Destes direitos, emanam todos os incisos do Art. 5º, da CF/88, conforme veremos abaixo:

## TÍTULO II

### DOS DIREITOS E GARANTIAS FUNDAMENTAIS

#### CAPÍTULO I

#### DOS DIREITOS E DEVERES INDIVIDUAIS E COLETIVOS

Art. 5º Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo - se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade, nos termos seguintes:

I - homens e mulheres são iguais em direitos e obrigações, nos termos desta Constituição;

II - ninguém será obrigado a fazer ou deixar de fazer alguma coisa senão em virtude de lei;

III - ninguém será submetido a tortura nem a tratamento desumano ou degradante;

IV - é livre a manifestação do pensamento, sendo vedado o anonimato;

V - é assegurado o direito de resposta, proporcional ao agravo, além da indenização por dano material, moral ou à imagem;

VI - é inviolável a liberdade de consciência e de crença, sendo assegurado o livre exercício dos cultos religiosos e garantida, na forma da lei, a proteção aos locais de culto e a suas liturgias;

VII - é assegurada, nos termos da lei, a prestação de assistência religiosa nas entidades civis e militares de internação coletiva;

VIII - ninguém será privado de direitos por motivo de crença religiosa ou de convicção filosófica ou política, salvo se as invocar para eximir - se de obrigação legal a todos imposta e recusar - se a cumprir prestação alternativa, fixada em lei;

IX - é livre a expressão da atividade intelectual, artística, científica e de comunicação, independentemente de censura ou licença;

X - são invioláveis a intimidade, a vida privada, a honra e a imagem das pessoas, assegurado o direito a indenização pelo dano material ou moral decorrente de sua violação;

XI - a casa é asilo inviolável do indivíduo, ninguém nela podendo penetrar sem consentimento do morador, salvo em caso de flagrante delito ou desastre, ou para prestar socorro, ou, durante o dia, por determinação judicial;(Vide Lei nº 13.105, de 2015)(Vigência)

XII - é inviolável o sigilo da correspondência e das comunicações telegráficas, de dados e das comunicações telefônicas, salvo, no último caso, por ordem judicial, nas hipóteses e na forma que a lei estabelecer para fins de investigação criminal ou instrução processual penal;(Vide Lei nº 9.296, de 1996)

XIII - é livre o exercício de qualquer trabalho, ofício ou profissão, atendidas as qualificações profissionais que a lei estabelecer;

XIV - é assegurado a todos o acesso à informação e resguardado o sigilo da fonte, quando necessário ao exercício profissional;

XV - é livre a locomoção no território nacional em tempo de paz, podendo qualquer pessoa, nos termos da lei, nele entrar, permanecer ou dele sair com seus bens;

XVI - todos podem reunir - se pacificamente, sem armas, em locais abertos ao público, independentemente de autorização, desde que não frustrem outra reunião anteriormente convocada para o mesmo local, sendo apenas exigido prévio aviso à autoridade competente;

XVII - é plena a liberdade de associação para fins lícitos, vedada a de caráter paramilitar;

XVIII - a criação de associações e, na forma da lei, a de cooperativas independem de autorização, sendo vedada a interferência estatal em seu funcionamento;

XIX - as associações só poderão ser compulsoriamente dissolvidas ou ter suas atividades suspensas por decisão judicial, exigindo - se, no primeiro caso, o trânsito em julgado;

XX - ninguém poderá ser compelido a associar - se ou a permanecer associado;

XXI - as entidades associativas, quando expressamente autorizadas, têm legitimidade para representar seus filiados judicial ou extrajudicialmente;

XXII - é garantido o direito de propriedade;

XXIII - a propriedade atenderá a sua função social;

XXIV - a lei estabelecerá o procedimento para desapropriação por necessidade ou utilidade pública, ou por interesse social, mediante justa e prévia indenização em dinheiro, ressalvados os casos previstos nesta Constituição;

XXV - no caso de iminente perigo público, a autoridade competente poderá usar de propriedade particular, assegurada ao proprietário indenização ulterior, se houver dano;

XXVI - a pequena propriedade rural, assim definida em lei, desde que trabalhada pela família, não será objeto de penhora para pagamento de débitos decorrentes de sua atividade produtiva, dispondo a lei sobre os meios de financiar o seu desenvolvimento;

XXVII - aos autores pertence o direito exclusivo de utilização, publicação ou reprodução de suas obras, transmissível aos herdeiros pelo tempo que a lei fixar;

XXVIII - são assegurados, nos termos da lei:

a) a proteção às participações individuais em obras coletivas e à reprodução da imagem e voz humanas, inclusive nas atividades desportivas;

b) o direito de fiscalização do aproveitamento econômico das obras que criarem ou de que participarem aos criadores, aos intérpretes e às respectivas representações sindicais e associativas;

XXIX - a lei assegurará aos autores de inventos industriais privilégio temporário para sua utilização, bem como proteção às criações industriais, à propriedade das marcas, aos nomes de empresas e a outros signos distintivos, tendo em vista o interesse social e o desenvolvimento tecnológico e econômico do País;

XXX - é garantido o direito de herança;

XXXI - a sucessão de bens de estrangeiros situados no País será regulada pela lei brasileira em benefício do cônjuge ou dos filhos brasileiros, sempre que não lhes seja mais favorável a lei pessoal do «de cujus»;

XXXII - o Estado promoverá, na forma da lei, a defesa do consumidor;

XXXIII - todos têm direito a receber dos órgãos públicos informações de seu interesse particular, ou de interesse coletivo ou geral, que serão prestadas no prazo da lei, sob pena de responsabilidade, ressalvadas aquelas cujo sigilo seja imprescindível à segurança da sociedade e do Estado;(Regulamento) (Vide Lei nº 12.527, de 2011)

XXXIV - são a todos assegurados, independentemente do pagamento de taxas:

a) o direito de petição aos Poderes Públicos em defesa de direitos ou contra ilegalidade ou abuso de poder;

b) a obtenção de certidões em repartições públicas, para defesa de direitos e esclarecimento de situações de interesse pessoal;

XXXV - a lei não excluirá da apreciação do Poder Judiciário lesão ou ameaça a direito;

XXXVI - a lei não prejudicará o direito adquirido, o ato jurídico perfeito e a coisa julgada;

XXXVII - não haverá juízo ou tribunal de exceção;

XXXVIII - é reconhecida a instituição do júri, com a organização que lhe der a lei, assegurados:

a) a plenitude de defesa;

b) o sigilo das votações;

c) a soberania dos veredictos;

d) a competência para o julgamento dos crimes dolosos contra a vida;

XXXIX - não há crime sem lei anterior que o defina, nem pena sem prévia cominação legal;

XL - a lei penal não retroagirá, salvo para beneficiar o réu;

XLI - a lei punirá qualquer discriminação atentatória dos direitos e liberdades fundamentais;

XLII - a prática do racismo constitui crime inafiançável e imprescritível, sujeito à pena de reclusão, nos termos da lei;

XLIII - a lei considerará crimes inafiançáveis e insuscetíveis de graça ou anistia a prática da tortura, o tráfico ilícito de entorpecentes e drogas afins, o terrorismo e os definidos como crimes hediondos, por eles respondendo os mandantes, os executores e os que, podendo evitá - los, se omitirem;(Regulamento)

XLIV - constitui crime inafiançável e imprescritível a ação de grupos armados, civis ou militares, contra a ordem constitucional e o Estado Democrático;

XLV - nenhuma pena passará da pessoa do condenado, podendo a obrigação de reparar o dano e a decretação do perdimento de bens ser, nos termos da lei, estendidas aos sucessores e contra eles executadas, até o limite do valor do patrimônio transferido;

XLVI - a lei regulará a individualização da pena e adotará, entre outras, as seguintes:

- a) privação ou restrição da liberdade;
- b) perda de bens;
- c) multa;
- d) prestação social alternativa;
- e) suspensão ou interdição de direitos;

XLVII - não haverá penas:

a) de morte, salvo em caso de guerra declarada, nos termos do art. 84, XIX;

- b) de caráter perpétuo;
- c) de trabalhos forçados;
- d) de banimento;
- e) cruéis;

XLVIII - a pena será cumprida em estabelecimentos distintos, de acordo com a natureza do delito, a idade e o sexo do apenado;

XLIX - é assegurado aos presos o respeito à integridade física e moral;

L - às presidiárias serão asseguradas condições para que possam permanecer com seus filhos durante o período de amamentação;

LI - nenhum brasileiro será extraditado, salvo o naturalizado, em caso de crime comum, praticado antes da naturalização, ou de comprovado envolvimento em tráfico ilícito de entorpecentes e drogas afins, na forma da lei;

LII - não será concedida extradição de estrangeiro por crime político ou de opinião;

LIII - ninguém será processado nem sentenciado senão pela autoridade competente;

LIV - ninguém será privado da liberdade ou de seus bens sem o devido processo legal;

LV - aos litigantes, em processo judicial ou administrativo, e aos acusados em geral são assegurados o contraditório e ampla defesa, com os meios e recursos a ela inerentes;

LVI - são inadmissíveis, no processo, as provas obtidas por meios ilícitos;

LVII - ninguém será considerado culpado até o trânsito em julgado de sentença penal condenatória;

LVIII - o civilmente identificado não será submetido a identificação criminal, salvo nas hipóteses previstas em lei;(Regulamento)

LIX - será admitida ação privada nos crimes de ação pública, se esta não for intentada no prazo legal;

LX - a lei só poderá restringir a publicidade dos atos processuais quando a defesa da intimidade ou o interesse social o exigirem;

LXI - ninguém será preso senão em flagrante delito ou por ordem escrita e fundamentada de autoridade judiciária competente, salvo nos casos de transgressão militar ou crime propriamente militar, definidos em lei;

LXII - a prisão de qualquer pessoa e o local onde se encontre serão comunicados imediatamente ao juiz competente e à família do preso ou à pessoa por ele indicada;

LXIII - o preso será informado de seus direitos, entre os quais o de permanecer calado, sendo - lhe assegurada a assistência da família e de advogado;

LXIV - o preso tem direito à identificação dos responsáveis por sua prisão ou por seu interrogatório policial;

LXV - a prisão ilegal será imediatamente relaxada pela autoridade judiciária;

LXVI - ninguém será levado à prisão ou nela mantido, quando a lei admitir a liberdade provisória, com ou sem fiança;

LXVII - não haverá prisão civil por dívida, salvo a do responsável pelo inadimplemento voluntário e inescusável de obrigação alimentícia e a do depositário infiel;

LXVIII - conceder - se - á *habeas corpus* sempre que alguém sofrer ou se achar ameaçado de sofrer violência ou coação em sua liberdade de locomoção, por ilegalidade ou abuso de poder;

LXIX - conceder - se - á mandado de segurança para proteger direito líquido e certo, não amparado por *habeas corpus* ou *habeas data*, quando o responsável pela ilegalidade ou abuso de poder for autoridade pública ou agente de pessoa jurídica no exercício de atribuições do Poder Público;

LXX - o mandado de segurança coletivo pode ser impetrado por:

a) partido político com representação no Congresso Nacional;

b) organização sindical, entidade de classe ou associação legalmente constituída e em funcionamento há pelo menos um ano, em defesa dos interesses de seus membros ou associados;

LXXI - conceder - se - á mandado de injunção sempre que a falta de norma regulamentadora torne inviável o exercício dos direitos e liberdades constitucionais e das prerrogativas inerentes à nacionalidade, à soberania e à cidadania;

LXXII - conceder - se - á *habeas data* :

a) para assegurar o conhecimento de informações relativas à pessoa do impetrante, constantes de registros ou bancos de dados de entidades governamentais ou de caráter público;

b) para a retificação de dados, quando não se prefira fazê - lo por processo sigiloso, judicial ou administrativo;

LXXIII - qualquer cidadão é parte legítima para propor ação popular que vise a anular ato lesivo ao patrimônio público ou de entidade de que o Estado participe, à moralidade administrativa, ao meio ambiente e ao patrimônio histórico e cultural, ficando o autor, salvo comprovada má - fé, isento de custas judiciais e do ônus da sucumbência;

LXXIV - o Estado prestará assistência jurídica integral e gratuita aos que comprovarem insuficiência de recursos;

LXXV - o Estado indenizará o condenado por erro judiciário, assim como o que ficar preso além do tempo fixado na sentença;

LXXVI - são gratuitos para os reconhecidamente pobres, na forma da lei: (Vide Lei nº 7.844, de 1989)

a) o registro civil de nascimento;

b) a certidão de óbito;

LXXVII - são gratuitas as ações de *habeas corpus* e *habeas data* , e, na forma da lei, os atos necessários ao exercício da cidadania.(Regulamento)

LXXVIII - a todos, no âmbito judicial e administrativo, são assegurados a razoável duração do processo e os meios que garantam a celeridade de sua tramitação.(Incluído pela Emenda Constitucional nº 45, de 2004)(Vide ADIN 3392)

LXXIX - é assegurado, nos termos da lei, o direito à proteção dos dados pessoais, inclusive nos meios digitais.(Incluído pela Emenda Constitucional nº 115, de 2022)

§1º As normas definidoras dos direitos e garantias fundamentais têm aplicação imediata.

§2º Os direitos e garantias expressos nesta Constituição não excluem outros decorrentes do regime e dos princípios por ela adotados, ou dos tratados internacionais em que a República Federativa do Brasil seja parte.

# CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

## Nutricionista

### REQUERIMENTOS NUTRICIONAIS E RECOMENDAÇÕES DIETÉTICAS GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA

O Guia Alimentar para a População Brasileira é um documento criado pelo Ministério da Saúde do Brasil que tem como objetivo promover uma alimentação saudável, equilibrada e adequada à cultura, aos hábitos e às condições socioeconômicas da população brasileira. A versão mais recente do guia foi publicada em 2014, e é amplamente utilizada por profissionais da saúde e pela população em geral como referência para a promoção de uma dieta saudável.

#### Objetivos do Guia

Os objetivos do Guia Alimentar para a População Brasileira são abrangentes e buscam promover uma alimentação saudável e adequada, considerando as particularidades culturais, sociais e econômicas do Brasil. Aqui estão os principais objetivos:

**1. Promover a saúde e o bem-estar:** O Guia incentiva uma alimentação baseada em alimentos in natura e minimamente processados, com o objetivo de melhorar a saúde da população e prevenir doenças relacionadas à má alimentação, como obesidade, diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares.

**2. Prevenir doenças crônicas:** O Guia oferece recomendações que ajudam a prevenir doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, câncer e doenças do coração, que estão frequentemente associadas a hábitos alimentares inadequados e ao consumo excessivo de alimentos ultraprocessados.

**3. Promover a alimentação adequada e saudável:** O Guia incentiva uma alimentação equilibrada, respeitando a fome e a saciedade, e enfatiza o valor social e cultural da alimentação, além de considerar os impactos no meio ambiente e no sistema alimentar.

**4. Valorizar a cultura alimentar brasileira:** Ele reconhece e valoriza os hábitos e tradições alimentares regionais, promovendo a preservação de práticas alimentares tradicionais, com base em alimentos frescos, naturais e típicos do Brasil.

**5. Orientar políticas públicas de saúde e nutrição:** O Guia serve como base para o desenvolvimento de programas e políticas de saúde pública, direcionados a melhorar a alimentação da população e reduzir os índices de má nutrição e suas consequências.

**6. Estimular escolhas alimentares conscientes:** O Guia busca fortalecer a capacidade dos indivíduos de fazerem escolhas alimentares mais informadas e saudáveis, promovendo a crítica sobre a publicidade de alimentos ultraprocessados e a influência do marketing na alimentação.

**7. Reduzir o impacto ambiental e social:** Além da saúde, o Guia incentiva práticas alimentares que levem em conta a sustentabilidade, incentivando o consumo de alimentos locais e minimizando o impacto ambiental da produção e consumo de alimentos ultraprocessados.

Ao alinhar esses objetivos, o Guia Alimentar contribui para a melhoria da qualidade de vida da população, promovendo saúde e bem-estar por meio de hábitos alimentares saudáveis e conscientes.

#### Princípios do Guia

Os princípios do Guia Alimentar para a População Brasileira orientam suas recomendações para garantir uma alimentação saudável, equilibrada e culturalmente adequada. Eles vão além do aspecto nutricional, abordando a alimentação como um fenômeno social, cultural e ambiental. A seguir, os cinco princípios fundamentais do Guia:

##### 1. Alimentação é mais do que a ingestão de nutrientes

O Guia reconhece que a alimentação não se resume ao consumo de nutrientes, como proteínas, carboidratos e gorduras. A alimentação é um ato social e cultural, que envolve prazer, convivência e tradições. O ato de comer está relacionado a aspectos emocionais, simbólicos e de identidade cultural, e por isso o Guia valoriza a importância de comer de forma consciente e prazerosa, em ambientes saudáveis e em boa companhia.

##### 2. Recomendações devem se basear no sistema alimentar

As escolhas alimentares têm impacto não só na saúde individual, mas também no sistema alimentar como um todo, incluindo as práticas de produção, distribuição e consumo de alimentos. O Guia leva em consideração a sustentabilidade ambiental, incentivando o consumo de alimentos que geram menor impacto ambiental, como os alimentos in natura e minimamente processados. Além disso, ele busca reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados, que demandam grandes cadeias industriais e têm impactos negativos na saúde e no meio ambiente.

##### 3. Alimentação saudável deriva de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável

O Guia reforça que uma alimentação saudável também está ligada ao desenvolvimento sustentável, o que significa que as práticas alimentares devem respeitar tanto o meio ambiente

quanto as condições de trabalho e de vida das pessoas envolvidas na cadeia produtiva de alimentos. Promove-se o consumo de alimentos locais, frescos e sazonais, reduzindo o impacto ambiental e promovendo a justiça social.

#### **4. Diferentes saberes geram o conhecimento sobre alimentação**

O Guia reconhece que o conhecimento sobre alimentação saudável é construído a partir de múltiplos saberes, incluindo tanto a ciência da nutrição quanto os conhecimentos tradicionais, culturais e locais. Esses diferentes saberes contribuem para práticas alimentares que respeitam as diversidades regionais e culturais do Brasil, valorizando o que é próprio da cultura alimentar brasileira, sem seguir padrões impostos por modismos ou interesses comerciais.

#### **5. O ato de comer envolve escolhas que vão além da saúde**

As escolhas alimentares são influenciadas por diversos fatores além da saúde, como conveniência, prazer, custo e acessibilidade. O Guia reconhece que a população vive em um ambiente que nem sempre favorece escolhas saudáveis, devido à presença massiva de alimentos ultraprocessados e ao marketing agressivo. Portanto, recomenda-se que os indivíduos façam escolhas mais informadas, considerando não apenas os benefícios nutricionais, mas também o impacto social, econômico e ambiental de seus hábitos alimentares.

#### **Os 10 Passos para uma Alimentação Adequada e Saudável**

Os 10 Passos para uma Alimentação Adequada e Saudável são orientações práticas contidas no Guia Alimentar para a População Brasileira. Esses passos foram elaborados para facilitar a adoção de hábitos alimentares saudáveis no dia a dia, promovendo uma alimentação equilibrada e consciente. Abaixo estão os 10 passos:

##### **1. Fazer dos alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação**

A base da alimentação deve ser composta por alimentos in natura (como frutas, verduras, legumes) ou minimamente processados (como arroz, feijão, carnes, ovos, leite), que passam por poucos processos industriais. Esses alimentos são mais nutritivos e essenciais para uma dieta saudável.

##### **2. Usar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar**

Ingredientes como óleos vegetais, azeite, manteiga, sal e açúcar devem ser usados com moderação. Embora possam fazer parte da preparação de alimentos, seu consumo excessivo pode levar a problemas de saúde como hipertensão e diabetes.

##### **3. Limitar o consumo de alimentos processados**

Os alimentos processados, como pães, conservas, queijos e embutidos, devem ser consumidos com moderação. Eles geralmente contêm sal, açúcar ou gordura adicionados para aumentar sua durabilidade, mas podem prejudicar a saúde se consumidos em excesso.

##### **4. Evitar alimentos ultraprocessados**

Alimentos ultraprocessados, como refrigerantes, salgadinhos, biscoitos recheados, macarrão instantâneo e alimentos congelados prontos, contêm muitos aditivos químicos, conservantes, corantes e altas quantidades de açúcar, sal e gordura. Esses alimentos devem ser evitados, pois seu consumo está associado ao aumento de doenças crônicas, como obesidade e diabetes.

##### **5. Comer com regularidade e atenção**

Faça as refeições em horários regulares, prestando atenção ao que está comendo e evitando distrações, como televisão ou celular. Coma devagar e saboreie os alimentos, respeitando os sinais de fome e saciedade do corpo.

##### **6. Comer em companhia sempre que possível**

Compartilhar refeições com familiares, amigos ou colegas de trabalho promove um ambiente agradável e ajuda a tornar a alimentação mais saudável e prazerosa. Comer em companhia também favorece a adoção de melhores hábitos alimentares.

##### **7. Fazer compras em locais que ofereçam alimentos frescos**

Priorize a compra de alimentos in natura e minimamente processados em locais como feiras, mercados locais ou pequenos comerciantes, que ofereçam produtos frescos e de qualidade. Isso ajuda a manter uma dieta mais saudável e também apoia a economia local.

##### **8. Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias**

Aprender a cozinhar e preparar refeições em casa é essencial para uma alimentação saudável. Partilhar essas habilidades com amigos, familiares ou colegas também é uma maneira de promover a alimentação saudável e resgatar tradições culinárias.

##### **9. Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece**

Organize-se para dedicar tempo ao planejamento das refeições, compra de alimentos e preparação da comida. Fazer uma lista de compras, preparar marmitas ou refeições antecipadamente são formas de garantir que a alimentação saudável se torne parte da rotina.

##### **10. Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas**

Esteja atento ao marketing de alimentos, especialmente os ultraprocessados, que muitas vezes apresentam informações enganosas ou exageradas sobre seus benefícios. Avalie criticamente as propagandas e dê preferência a alimentos naturais e minimamente processados.

#### **Classificação dos Alimentos**

O Guia Alimentar para a População Brasileira utiliza uma classificação dos alimentos baseada no grau de processamento, em vez de apenas seus nutrientes. Essa abordagem ajuda a entender o impacto do processamento industrial na qualidade da alimentação e na saúde. A classificação é dividida em quatro grupos:

**1. Alimentos in natura ou minimamente processados**

- **Definição:** Alimentos in natura são obtidos diretamente de plantas ou animais e consumidos sem ter passado por qualquer tipo de processamento. Já os alimentos minimamente processados são aqueles que passaram por pequenas alterações, como limpeza, remoção de partes não comestíveis, moagem ou refrigeração, mas não recebem adição de substâncias.

- **Exemplos:**

- In natura: frutas, verduras, legumes, ovos, leite, carne fresca.
- Minimamente processados: arroz, feijão, leite pasteurizado, carnes refrigeradas ou congeladas, grãos secos.

- **Recomendação:** Esses alimentos devem ser a base da alimentação, já que preservam seus nutrientes e promovem saúde.

**2. Ingredientes culinários processados**

- **Definição:** São substâncias extraídas de alimentos in natura ou da natureza por processos como prensagem, moagem ou refino, usadas para temperar, cozinhar ou preparar alimentos. Eles são utilizados em pequenas quantidades para realçar o sabor dos alimentos.

- **Exemplos:** Óleo de cozinha, manteiga, sal, açúcar, mel.

- **Recomendação:** Esses ingredientes devem ser usados com moderação para evitar o consumo excessivo de sal, açúcar e gordura, que podem causar problemas de saúde como hipertensão e obesidade.

**3. Alimentos processados**

- **Definição:** Os alimentos processados são aqueles que passam por processos industriais como enlatamento, fermentação, ou adição de sal, açúcar ou outras substâncias para aumentar sua durabilidade ou modificar o sabor. Embora ainda sejam feitos a partir de alimentos in natura, o processamento altera suas características nutricionais.

- **Exemplos:** Pães, queijos, conservas de legumes e frutas, carnes curadas, sardinha ou atum em lata.

- **Recomendação:** O consumo de alimentos processados deve ser limitado, pois eles contêm adição de sal, açúcar e gorduras que podem ser prejudiciais à saúde quando consumidos em excesso.

**4. Alimentos ultraprocessados**

- **Definição:** São formulações industriais feitas predominantemente de ingredientes artificiais (como corantes, conservantes, emulsificantes) e substâncias extraídas ou modificadas a partir de alimentos. Eles geralmente têm um longo prazo de validade e são altamente palatáveis, mas oferecem pouco valor nutricional.

- **Exemplos:** Refrigerantes, biscoitos recheados, salgadinhos, sorvetes industrializados, macarrão instantâneo, nuggets, cereais matinais açucarados.

- **Recomendação:** Esses alimentos devem ser evitados. Embora convenientes, o consumo frequente de ultraprocessados está associado ao aumento de obesidade, doenças crônicas como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares.

Resumo da Classificação:

Grupo	Definição	Exemplos	Recomendação
In natura ou minimamente processados	Alimentos que passam por pouco ou nenhum processamento.	Frutas, legumes, arroz, feijão, carne fresca.	Base da alimentação.
Ingredientes culinários processados	Substâncias extraídas de alimentos para temperar e cozinhar.	Óleo, sal, açúcar, manteiga.	Usar com moderação.
Alimentos processados	Alimentos que passam por processos industriais simples com aditivos.	Pães, queijos, conservas, carnes curadas.	Consumir em pequenas quantidades.
Alimentos ultraprocessados	Alimentos que são formulações industriais com muitos aditivos artificiais.	Refrigerantes, salgadinhos, biscoitos recheados, alimentos prontos.	Evitar o consumo.

Prezado(a),

A fim de atender na íntegra o conteúdo do edital, este tópico será disponibilizado na Área do Aluno em nosso site. Essa área é reservada para a inclusão de materiais que complementam a apostila, sejam esses, legislações, documentos oficiais ou textos relacionados a este material, e que, devido a seu formato ou tamanho, não cabem na estrutura de nossas apostilas.

Por isso, para atender você da melhor forma, os materiais são organizados de acordo com o título do tópico a que se referem e podem ser acessados seguindo os passos indicados na página 2 deste material, ou por meio de seu login e senha na Área do Aluno.

Visto a importância das leis indicadas, lá você acompanha melhor quaisquer atualizações que surgirem depois da publicação da apostila.



Se preferir, indicamos também acesso direto ao arquivo pelo link a seguir: [https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)

**BIOQUÍMICA; FISILOGIA E METABOLISMO DE PROTEÍNAS, LIPÍDIOS, CARBOIDRATOS, VITAMINAS, MINERAIS ÁGUA E FIBRAS ALIMENTARES; DIGESTÃO, ABSORÇÃO, EXCREÇÃO E BIODISPONIBILIDADE**

**— Trânsito Alimentar pelo Sistema Gastrointestinal<sup>1</sup>**

Na cavidade oral, o alimento é mastigado e triturado pelos dentes, formando o bolo alimentar que se mistura com a saliva e atravessa o esôfago até chegar ao estômago.

Boca: os dentes têm a função de mastigar e triturar os alimentos para formar o bolo alimentar.

Língua: responsável pela percepção das quatro sensações primárias da gustação: doce, amargo, azedo e salgado

Glândulas salivares: secretam saliva e muco que ajudam na lubrificação do bolo alimentar.

A digestão dos carboidratos inicia-se ainda na boca, pela enzima amilase salivar, que digere os carboidratos em moléculas menores. A saliva protege contra bactérias patogênicas.

Esôfago é um tubo extenso que transporta o bolo alimentar até o estômago por meio de movimentos peristálticos. O esôfago secreta um muco que ajuda na lubrificação e no transporte alimentar.

**Estômago**

- Ocorre a liberação de enzimas e ácido clorídrico que atuam digerindo parcialmente os macronutrientes;

- Ocorre parte da digestão do bolo alimentar;

- Responsável por armazenar, misturar e solubilizar as partículas alimentares;

- Responsável pela quebra da proteína em moléculas menores conhecidas como aminoácidos.

O estômago também secreta um muco que protege sua parede contra possíveis lesões provocadas pelo ácido clorídrico.

O bolo alimentar pode permanecer no estômago por quatro horas ou mais. Quando ocorre um desequilíbrio entre a produção de muco e a liberação de ácido clorídrico, pode ocorrer gastrite (inflamação) ou o aparecimento de feridas dolorosas, conhecidas como úlceras gástricas.

**Intestino Delgado**

Liberação de bile (armazenada na vesícula biliar) e da secreção pancreática que contém enzimas responsáveis pela quebra dos macronutrientes em partículas menores (moléculas), para serem absorvidas na parede do intestino delgado.

As moléculas absorvidas são enviadas até o fígado para serem metabolizadas e posteriormente transportadas pela corrente sanguínea para todos os órgãos. As moléculas que não foram absorvidas no intestino delgado (fibras alimentares), seguem até o intestino grosso formando o bolo fecal, que será armazenado no reto e eliminado pelo ânus na forma de fezes.

Cada molécula ou nutriente tem seu local de absorção:

- Estômago: álcool e o cobre;

- Duodeno: ferro, zinco, cálcio, fósforo;

- Jejun: vitaminas C, B12, A, D, E e K, além da glicose e frutose, colesterol, gorduras entre outros;

- Intestino grosso: sódio, potássio e a água.

**Pâncreas**

Órgão responsável pela secreção de enzimas que digerem carboidratos, proteínas e lipídeos em moléculas menores para que possam ser absorvidas. O pâncreas secreta o bicarbonato que neutraliza o ácido liberado pelo estômago.

O pâncreas desempenha outras funções além das digestivas, por exemplo, secreta o hormônio insulina responsável por carrear (permitir a entrada) a glicose que será utilizada como fonte de energia na célula.

**Fígado**

- Órgão que sintetiza a bile;

- Remove moléculas de açúcar do sangue, reunindo-as para formar glicogênio (energia);

- Armazena o ferro ingerido na alimentação;

- Metaboliza as moléculas de gordura, conhecidas como ácidos graxos, presentes no sangue.

Nos momentos de necessidade, por exemplo, durante o sono ou quando estamos com fome, o glicogênio é reconvertido em moléculas de glicose, que por sua vez são lançadas na circulação para nos fornece energia.

O fígado degrada o álcool, remédios e outras substâncias tóxicas, auxiliando na desintoxicação do organismo. Além das funções digestivas, o fígado sintetiza diversas proteínas presentes no sangue e substâncias transportadoras de oxigênio e gorduras.

**Vesícula Biliar**

Local de armazenamento da bile. A bile é uma solução que contém substâncias como eletrólitos, pigmentos, colesterol e sais biliares, que atuam como detergente na digestão (emulsificação) da gordura.

**Intestino Grosso**

O intestino grosso possui duas funções gerais: a fermentação bacteriana de resíduos alimentares e a absorção de água, eletrólitos e formação das fezes. Uma variedade de bactérias, também conhecida como flora intestinal, é responsável por produzir gases provenientes da fermentação das fibras (carboidratos não digeríveis) e de outros resíduos alimentares.

A obstipação intestinal é caracterizada como a evacuação em frequência inferior a três vezes por semana ou ainda quando a frequência de evacuações é normal, entretanto ocorre dificuldade para evacuar (sendo necessário esforço excessivo), fezes endurecidas.

A causa mais comum de obstipação é a baixa ingestão de fibras, que estão presentes principalmente em alimentos como frutas, legumes e cereais. A ingestão de pelo menos dois litros de água melhora o trânsito intestinal.

<sup>1</sup> <http://www.sonutricao.com.br>

